

Editorial **Alas**

IAIDO · LOS KATAS

IAIDO



- MUSO SHINDEN RYU.
- SETE IAI.
- TODAS LAS BASES Y
LOS KATAS EXIGIDOS
PARA CINTO NEGRO.

居合道



SANTOS
NALDA

IAIDO
TODAS LAS BASES
Y
LOS KATAS
EXIGIDOS PARA
CINTO NEGRO

IAIDO

TODAS LAS BASES Y LOS KATAS EXIGIDOS PARA CINTO NEGRO

SANTOS NALDA

Impreso en España
Depósito Legal: B- 42.008/1986
ISBN: 84-203-0202-3
Gráficas Tordera, c/ Samsó, 4
Barcelona

Descargo

La editorial declina toda responsabilidad por cualquier lesión o accidente que pudiera derivarse por la puesta en práctica de los ejercicios publicados en la presente obra.

Se recomienda que antes de seguir una disciplina deportiva o actividad marcial se consulte con un experto en preparación física o/y médico.



Valencia, 234 - 08007 BARCELONA - Apartado 36274

PRÓLOGO

"La mejor hoja de sable es la que permanece siempre en su funda".
(refrán japonés)

El laido es un Arte Marcial que permanece inalterable y fiel a la tradición, siendo cada vez más apreciado con el paso de los años, como muestra viviente de todo un Código y una etiqueta del comportamiento y la actitud interna del samurai.

En Japón son numerosas las personas que en la intimidad de su entorno practican el laido como medio de encuentro consigo mismo, puesto que no existe adversario ni oponente real, éste sólo aparece en la imaginación del practicante para ayudarlo a desarrollar al máximo su concentración, disponibilidad y autodominio.

Algunos europeos en su periplo tras las fuentes de las Artes Marciales, y después de una estancia más o menos prolongada en el país del Sol Naciente, a su regreso nos han permitido compartir su aprendizaje, experiencia y respeto por el laido, gracias a ellos este Arte se va divulgando entre los budokas y es cada día más conocido y practicado.

Literalmente laido significa: Arte de unirse, de armonizarse con el entorno y a todas las situaciones y circunstancias.

Un espectador ajeno al mundo del Budo, observando la práctica o la demostración de los Katas de laido sin duda pensará: ¿Para qué le sirve al hombre de hoy pasar tantas horas aprendiendo a desenvainar y cortar con un sable japonés...? Ciertamente, la acción de desenvainar y cortar no tiene aplicación o utilidad práctica en ninguna circunstancia de la sociedad actual, y efectivamente sería estéril si ese fuera el objetivo del laido, pero no es así, porque su meta se encuentra en la transformación interna del hombre, en su búsqueda del equilibrio, la armonía, la actitud justa, la esté-

tica del gesto, el autodomínio, la alternancia de la acción dentro de la calma y la calma dentro de la acción...

El laido es un Arte por el que se suelen interesar todos los practicantes sea cual sea su disciplina preferida, cuando han alcanzado una cierta madurez, porque de alguna manera significa un retorno a los orígenes.

Este libro no es más que una modesta introducción a la práctica, en sus páginas encontrará el lector las bases para comenzar por sí mismo si no tiene la suerte de recibir la enseñanza directa de un Maestro, al que ningún libro puede sustituir, pero como éstos son escasos hoy por hoy, una forma de iniciarse puede ser llevar el libro y la katana al dojo y practicar sin desánimo, esperando que llegue la ocasión de hacerse corregir por un experto.

José Santos Nalda



JAPON

日本



"SAN-SHU-NO-SHIN-RI" SON LOS TESOROS SAGRADOS O SÍMBOLOS NACIONALES DEL JAPÓN.
- EL ESPEJO SIMBOLIZA EL SOL, DIOS DE VIDA, EL EMPERADOR.
- EL SABLE ES LA IMAGEN DEL ORDEN, LA AUTORIDAD, LA RECTITUD, LA LEALTAD.
- LA JOYA O ALHAJA SIMBOLIZA LA NOBLEZA DE ESPÍRITU O RIQUEZA MORAL DEL JAPÓN.

- LA SOCIEDAD JAPONESA DE LA ÉPOCA FEUDAL ESTABA ORGANIZADA EN VARIAS CLASES SOCIALES CERRADAS, O CASTAS, INVARIABLES GENERACIÓN TRAS GENERACIÓN.
- LA PIRÁMIDE SOCIAL ESTABA FORMADA SEGÚN ESTE ORDEN:
1) LA FAMILIA IMPERIAL. 2) EL SHOGUN. 3) LOS DAIMYOS.
4) LOS GUERREROS SAMURAI. 5) LOS CAMPESINOS. 6) LOS ARTESANOS. 7) LOS COMERCIANTES. 8) LOS PARIAS QUE DESEMPEÑABAN LOS OFICIOS MAS DESAGRABLES Y PEOR VISTOS.



-EL "BUŠHI" Ó GUERRERO DE LA ÉPOCA DE LOS FUJIWARA, -SIGLO VII- SE TRANSFORMA EN "SAMURAI" DURANTE EL PERÍODO KAMAKURA HACIA EL AÑO 1.155.

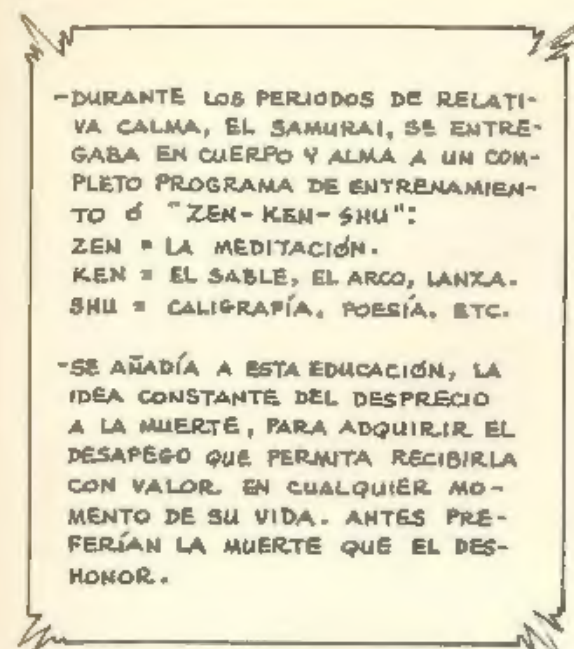
-LOS GRANDES TERRATENIENTES - POSEEDORES DE UN FEUDO - CUYA ECONOMÍA Y PODER DEPENDÍAN DE LA AGRICULTURA, FUERON LOS CREADORES DEL GUERRERO "SAMURAI"

"EL SAMURAI ERA UN SOLDADO AL SERVICIO DEL DAIMYŌ Ó SEÑOR FEUDAL, QUE LE PAGABA EN ARROZ POR SUS SERVICIOS. SU ESTATUS ECONÓMICO ERA MUY MODÉSTO."



-A MITAD DEL SIGLO XIII EL JAPÓN DOMINADO POR LOS SAMURAI INICIABA SU ÉPOCA FEUDAL, QUE DURARÍA CUATRO SIGLOS.

-LA CULTURA Y LA ÉTICA DE ESTOS GUERREROS ESTABA INFLUENCIADA POR EL BUDISMO ZEN DE ORIGEN CHINO QUE PROPUGNABA EL AMOR A LA NATURALEZA, LA AUTODISCIPLINA Y EL PERFECCIONAMIENTO PERSONAL, POR LO QUE FUE ACEPTADO DE MUY BUEN GRADO POR LOS SAMURAI.





- CEREMONIA DE ENTREGA DE LA KATANA AL HIJO DEL SAMURAI.

-EL HIJO DE UN SAMURAI AL CUMPLIR LOS CINCO AÑOS, EL QUINTO DÍA DEL QUINTO MES (5 DE MAYO) RECIBÍA SU PRIMER SABLE -SIN AFILAR- PARA QUE SE ACOSTUMBRASE A LLEVARLO SIEMPRE CONSIGO.

-SOLAMENTE AL SAMURAI LE ESTABA PERMITIDO LLEVAR DOS ESPADAS, PERO TENÍA PROHIBIDO SER CAMPESINO, ARTESANO O COMERCIANTE. EL SABLE ERA SU ALMA Y SU RAZÓN DE VIVIR.



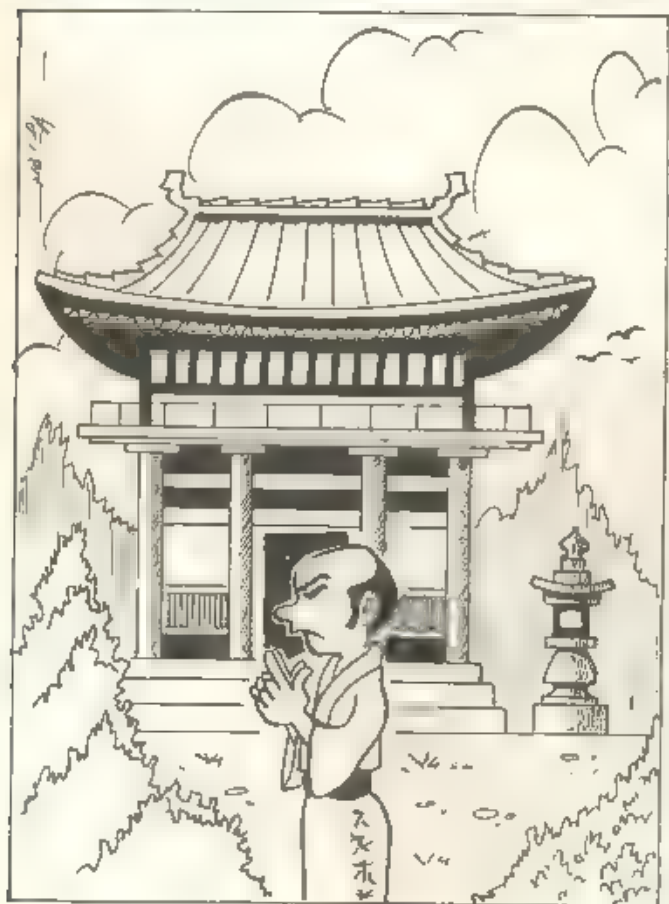
- A LOS QUINCE AÑOS SE LE CONSIDERABA ADULTO, Y SE LE ENTREGABAN LOS DOS SABLES, KATANA Y WAKIZASHI, LLAMADOS TAMBIÉN "DAITO" Y "SHOTO", PERFECTAMENTE AFILADOS, QUE DEBERÍA HONRAR Y LLEVAR SIEMPRE EN SU CINTURA...
- EN SU CASA OCUPABAN UN LUGAR DE HONOR. Y POR LA NOCHE LOS DEJABA JUNTO A LA CABECERA DE SU LECHO.
- PASAR POR ENCIMA DE UN SABLE REPOSANDO EN EL SUELO, O EN SU SOPORTE, ERA UN GRAVE INSULTO PARA SU DUEÑO, Y CASI SIEMPRE SUPONÍA LA MUERTE PARA EL IMPRUDENTE, O DISTRAÍDO QUE COMETÍA ESE ERROR.

LA FORJA DEL SABLE

- CUANDO UN DAIMYO, O UN SAMURAI, NECESITABAN UNA NUEVA ESPADA (KATANA) LLAMABAN AL "KAJI" O FORJADOR DE SABLES, PARA ENCOMEN- DARLE EL TRABAJO SEGÚN SUS PREFERENCIAS PERSONALES...



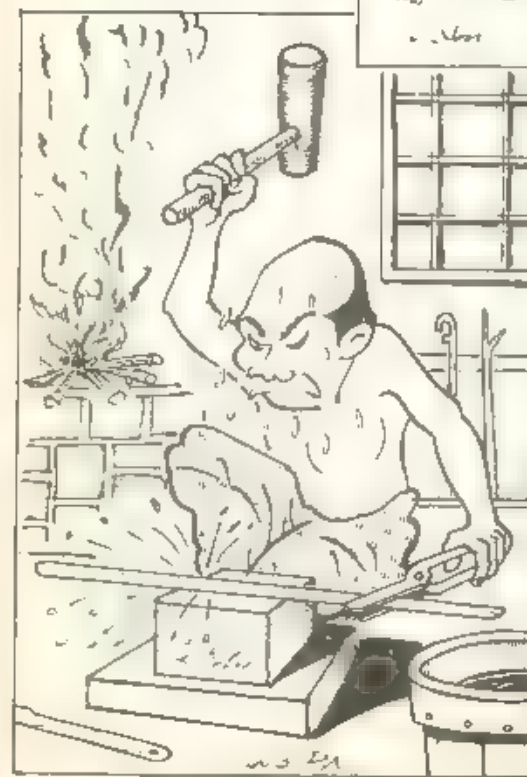
- EL KAJI, QUE POR SU OFICIO PERTENECÍA A LA CASTA ARTESANA, AL ACEPTAR EL ENCARGO SE DESPEDÍA DE SU FAMILIA, Y DE SU ENTORNO, PARA BUSCAR EL AISLAMIENTO EN UNA CHOZA, O UN TEMPLO, CON EL FIN DE LIBERARSE DE TODA POSIBLE INFLUENCIA NEGATIVA QUE PUEDIERA AFECTAR AL BUEN RESULTADO DE SU TRABAJO.



-DESDE ESTE MOMENTO, EL "KAJI", SE PREPARABA PARA LLEVAR UNA VIDA DE ASCETA, AISLADO DEL MUNDO, CONCENTRADO EN LA SOLA IDEA DE FORJAR UNA HOJA SINGULAR, DE PROPIEDADES EXTRAORDINARIAS...

- TODO EL PROCESO DE SU TRABAJO ERA PRECEDIDO DE NUMEROSOS RITOS SHINTOISTAS, AYUNOS, SILENCIO, Y PURIFICACIONES, ABSTENIÉNDOSE DEL ALCOHOL, LAS RELACIONES SEXUALES, ETC. INCLUSO LOS ALIMENTOS DEBÍAN SER PREPARADOS DE MANERA ESPECIAL EN EL FUEGO SAGRADO...

-DURANTE LOS MESES QUE EMPLEABA EN FORJAR UNA ESPADA, DÍA TRAS DÍA, SEGÚN LA TRADICIÓN SHINTOISTA, PURIFICABA SU CUERPO Y SU MENTE INVOCANDO AL DIOS (KAMI) DE LA FORJA, PUES SU TRABAJO ERA SAGRADO, DE AHÍ QUE LOS KAJIS GOZABAN...



... DE UNA NOTABLE DIGNIDAD Y RESPETO.

-LA CHOZA O EL TALLER, DURANTE LA FORJA SE CONSIDERABA COMO UN SANTUARIO, Y SU ENTORNO, ASÍ COMO LA SENDA QUE CONDUCE A ÉL, ESTABAN PROTEGIDOS Y RODEADOS POR UNA CUERDA DE PAJA SEGÚN EL RITO SHINTO, NADIE PODÍA ENTRAR A VER LA "OBRA" NI HABLARLE DURANTE SU TRABAJO, EXCEPTO SU AYUDANTE.



- LA HOJA DE LA
ESPADA ERA MAR-
TILLADA INCE-
SANTAMENTE, CA-
LENTADA Y EN-
FRIADA EN UNA
MEZCLA DE AGUA
Y TIERRAS ESPE-
CIALES HASTA
OBTENER UN
TEMPLE DE CA-
LIDAD INIGUA-
LABLE...

- EL RESULTADO FINAL DEBÍA
SER UNA KATANA DE BE-
LLEZA, EFICACIA Y MANE-
JABILIDAD SORPRENDENTE.



¡OOOOOOHHH...!
¡SON MAGNÍ-
FICOS...!



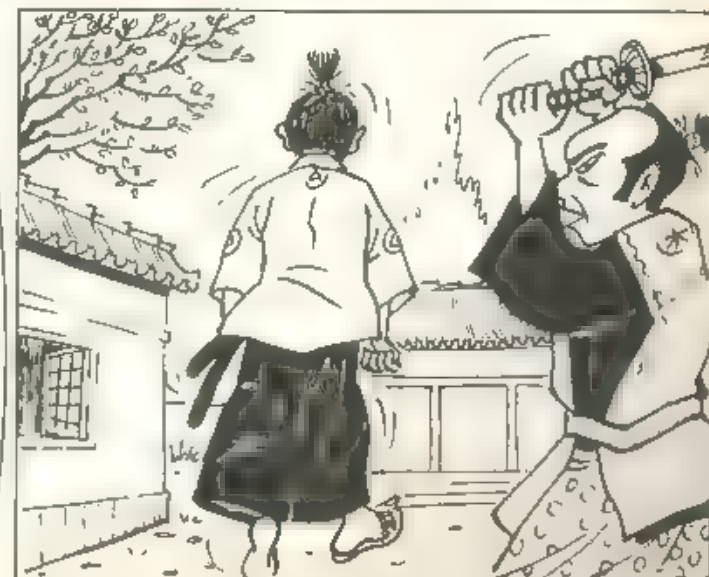
SEÑOR, VED SI OS
AGRADAN LOS SABLES...

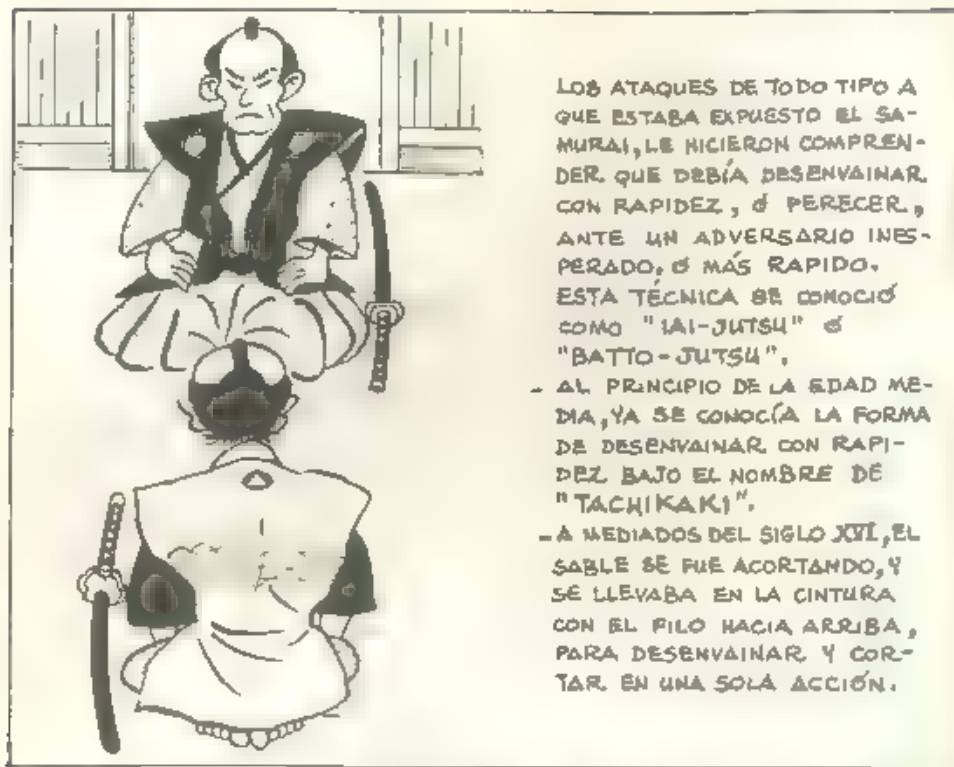
- EL DAIMYO, Y SOBRE TODO EL
SAMURAI, CONCEDÍAN LA MAS
GRANDE ESTIMA Y RESPETO A
SU KATANA, HASTA EL PUNTO
QUE SU VIDA Y SU HONOR DE-
PENDÍAN DE ELLA.
JAMAS SE SEPARABAN DE
SU WAKIZASHI (SABLE
CORTO), NI DE DÍA, NI DE NOCHE.



- KATANA ERA SINÓNIMO DE RECTITUD, VALOR, LEALTAD,
HONOR, JUSTICIA... ASÍ EL KEN-JUTSU, O COMBATE A SABLE,
ERA LA PRACTICA OBLIGADA Y PREFERIDA DEL SAMURAI.

- KATANA Y WAKIZASHI
EN SU CIN-
TURA HACÍAN
DE ÉL, UN
HOMBRE TE-
MIBLE, SIN
MIEDO A
NADA NI A
NADIE...
PERO VIVÍA
EN UNA
ÉPOCA VIO-
LENTA Y
DESPIADA-
DA...







ESTA FORMA DE DESENVAINAR SE ENSEÑABA COMO COMPLEMENTO DEL KEN-JUTSU, Y YA EN EL PERIODO KAMAKURA, SURGIERON NUMEROSAS ESCUELAS Y ESTILOS COMO LA:

- OMORI-RYU.
- TOKUHON.
- TENSIN-SHODEN KATORI SHINTO RYU.
- MUSO-SHINDEN RYU. ETC. ETC.

- HOJO GINSUKE FUNDÓ LA ESCUELA "MUSO RYU" - PERIODO KAMAKURA - QUE ESTUDIABA LA FORMA DE DESENVAINAR Y GOLPEAR EN UNA SOLA ACCIÓN, DESDE CUALQUIER POSTURA, DE PIE, O DE RODILLAS. CON ESTA IDEA EL COMBATE EMPEZABA AL DESENVAINAR, PERO CUANDO VERDADERAMENTE ES CONOCIDO EL "IAI-JUTSU" ES AL FINAL DEL SIGLO XIII.



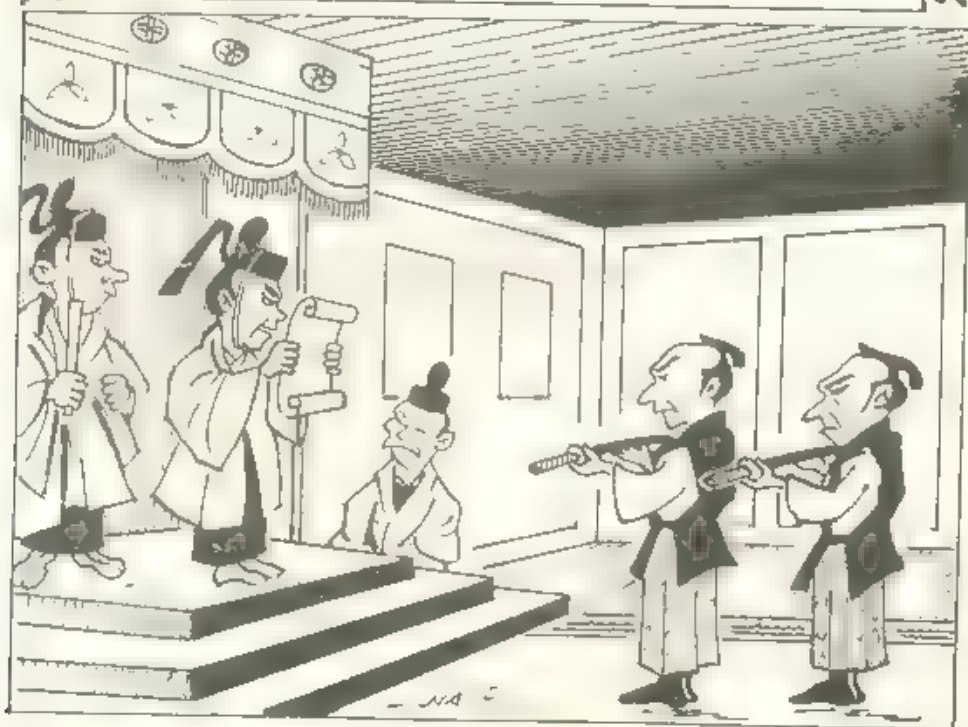
-EL SAMURAI ALCANZÓ SU GRADO MAS ALTO DE ESPLENDOR, E INFLUENCIA EN LA ÉPOCA DE LAS GUERRAS CIVILES, PERO EN EL PERIODO "TOKUGAWA" AL RESTABLECERSE LA PAZ, SU IMPORTANCIA SOCIAL DECAYÓ EN EXTREMO. HASTA EL PUNTO QUE TUVO QUE DEDICARSE A ADMINISTRAR LAS FINCAS DE SU SEÑOR, Y OTRAS TAREAS QUE ANTES DESDEÑABA.

-EL OCIO LOS EMPUJÓ A DESARROLLAR SUS FACETAS ARTÍSTICAS TALES COMO EL TEATRO, LA CEREMONIA DEL TÉ, LA CALIGRAFIA, LA PINTURA, LA POESÍA... ETC. ETC.



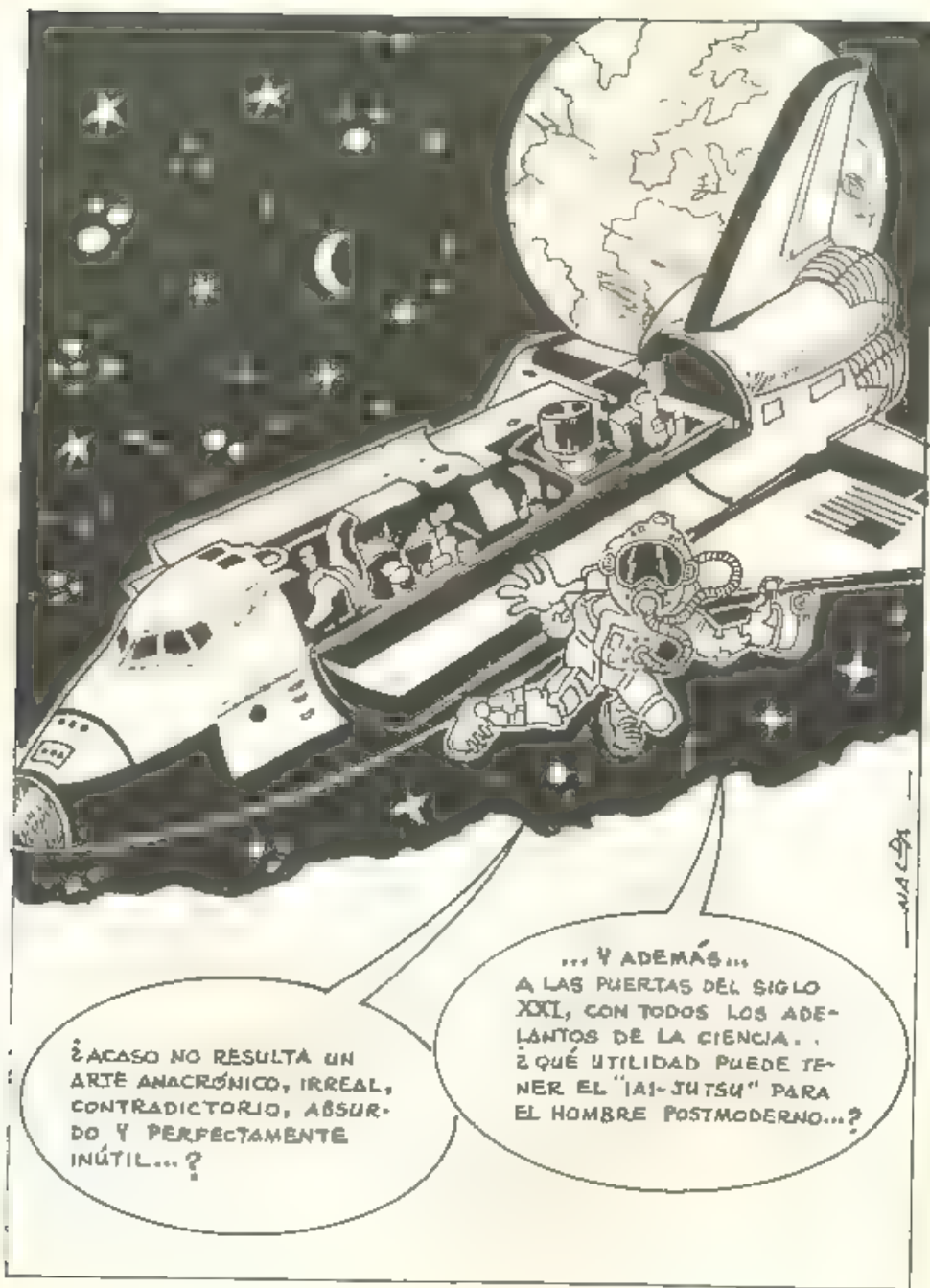
DURANTE LOS SIGLOS QUE DURÓ LA ÉPOCA FEUDAL, SABER DESENVAINAR Y CORTAR CON PRESTEZA, NO FUÉ UN MERO PASAT EMPO PARA ENTRETENER EL OCIO DE LOS SAMURAI, SINO UNA NECESIDAD VITAL QUE RECIBIÓ EL NOMBRE DE "IAI-JUTSU", PRACTICADA SEGÚN EL ESTILO DE NUMEROSAS ESCUELAS (RYU) HASTA ALCANZAR LA CATEGORÍA DE UN ARTE.

-PERO... PASA EL TIEMPO Y LLEGA EL PERIODO "MEIJI" (1.868), EN EL QUE EL EMPERADOR RECUPERA EL GOBIERNO DEL PAÍS, ESTABLECE SU CAPITAL EN TOKYO (HASTA ENTONCES EDO) Y PROCLAMA LA ABOLICIÓN DEL SISTEMA FEUDAL DE CASTAS, EL SAMURAI DEJA DE EXISTIR COMO TAL, SUS PRIVILEGIOS, Y ESCUDOS DE ARMAS DESAPARECEN, Y SE LE PROHIBE LLEVAR LO MAS PRECIADO PARA ÉL, LA KATANA Y EL WAKIZASHI. -EL JAPÓN DA POR FINALIZADA SU EDAD MEDIA, SALE DE SU LARGO AISLAMIENTO INTERNACIONAL, PROMUEVE MÚLTIPLES INTERCAMBIOS COMERCIALES Y CULTURALES...



LA KATANA





"APARENTEMENTE, NO TIENE NINGUNA UTILIDAD PRÁCTICA Y ESPECÍFICA, EN ESTA ÉPOCA EN QUE TODO SE RESUELVE PULSANDO TECLAS, O BOTONES DE LOS ORDENADORES O CEREBROS ELECTRÓNICOS QUE CADA DÍA INVADEN NUEVAS PARCELAS...

—PERO... SI TODO LO NACE EL ORDENADOR O LA MÁQUINA NUESTRAS FACULTADES PSICOSOMÁTICAS SE ATROFIAN, EL CUERPO Y LA MENTE SE DEBILITAN Y SE HACEN MAS VULNERABLES... VA QUE NECESITAN ACCIÓN, EJERCICIO QUE LES OBLIGUE A EJERCITAR Y MANTENER SIEMPRE EN BUEN ESTADO SUS FACULTADES PROPIAS.

—EL IAIDO ES UN ARTE QUE EXIGE LA COLABORACIÓN ESTRECHA CUERPO-MENTE, POR ELLO ES INNEGABLE SU ALTO VALOR EDUCATIVO...



-DURANTE LOS PERIODOS TAISHO (1912-1926) Y SHOWA (1926...) EL IAI-JUTSU ES APARENTEMENTE INÚTIL, PERO GRACIAS A UNOS POCOS MAESTROS QUE SUPIERON DESCUBRIR OTROS ASPECTOS EDUCATIVOS EL "JUTSU" SE CONVIERTE EN "DO". "IAI-DO".

-IAI SIGNIFICA "UNIDAD DEL SER", O "UNIÓN DE LOS ESPÍRITUS", EN EL SENTIDO DE UNIRSE AL ESPÍRITU DEL ADVERSARIO SIN MOVERSE.

-LA VÍA DEL IAIDO REQUIERE:

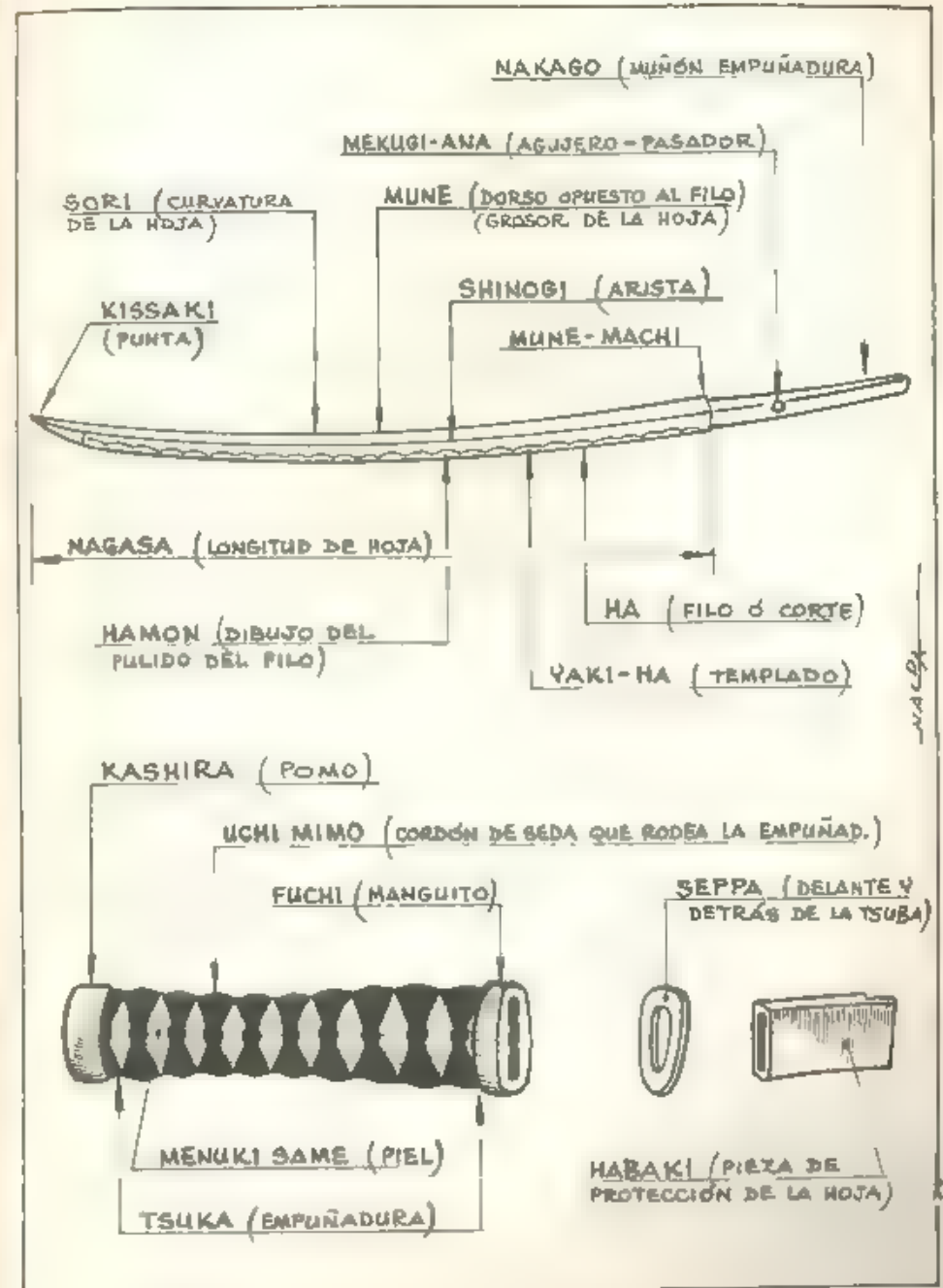
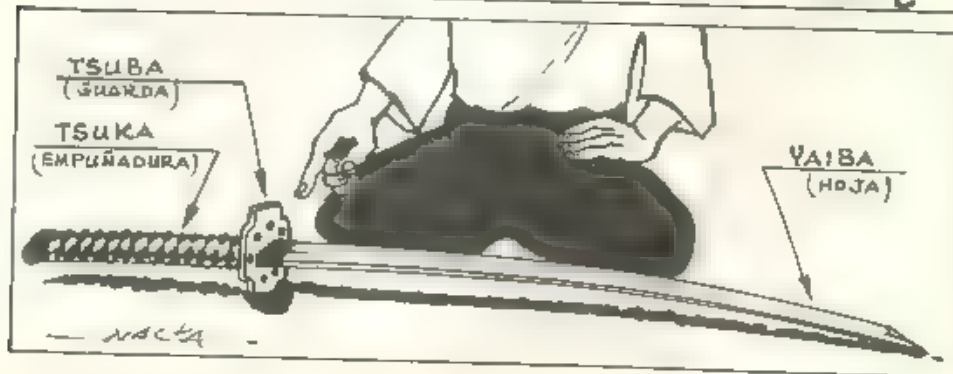
PRACTICAR SIN LA IDEA DE UTILIDAD O DE PROVECHO.

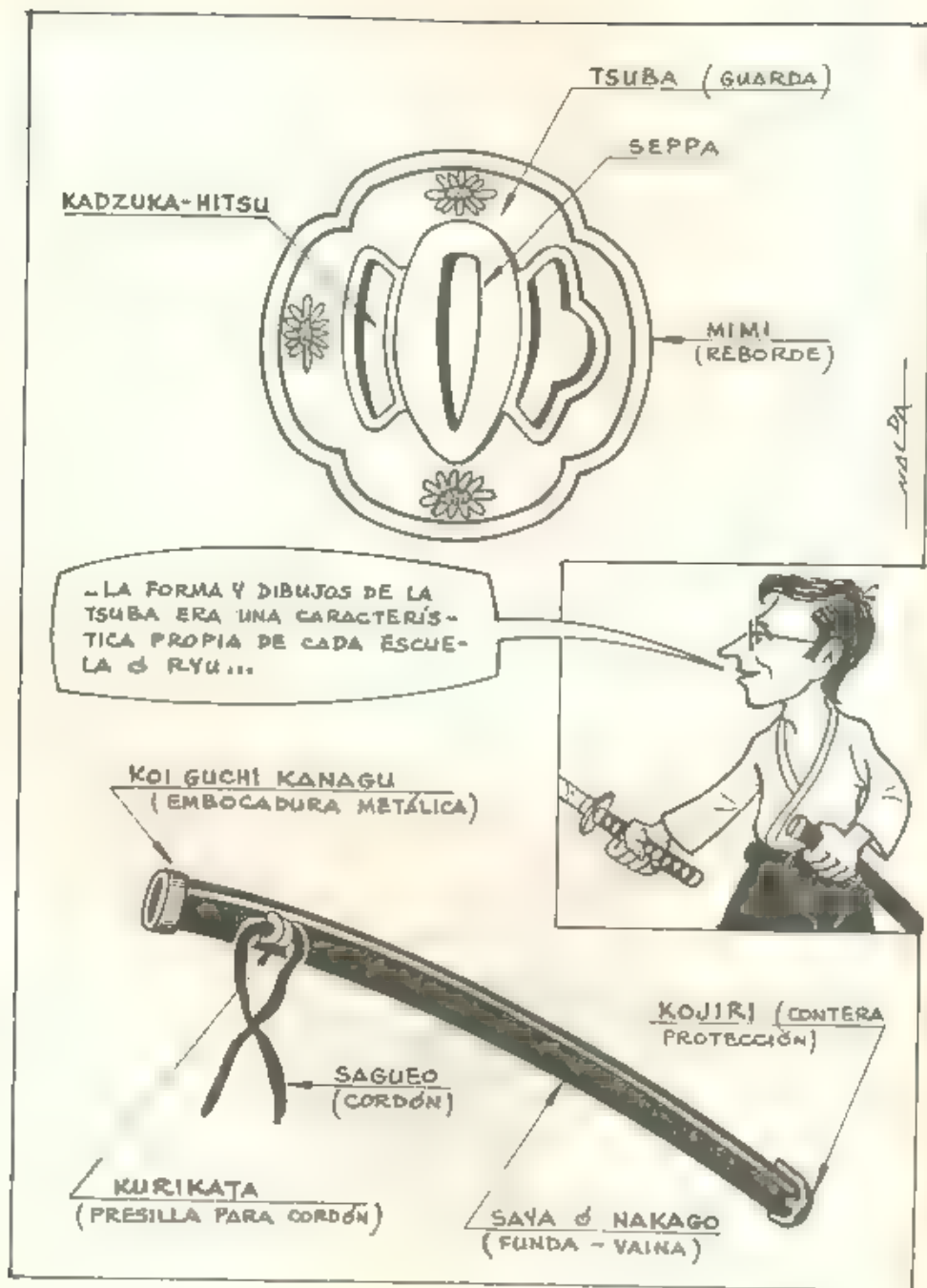
SABER CONCENTRARSE EN SÍ MISMO Y EN EL ADVERSARIO, IMAGINANDO E INTUYENDO SUS ACCIONES EN SU ORIGEN.

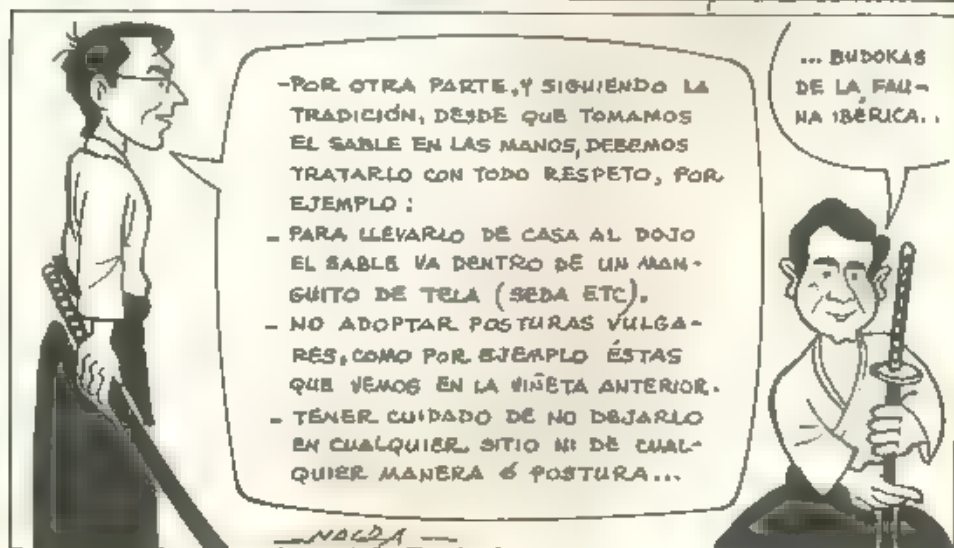
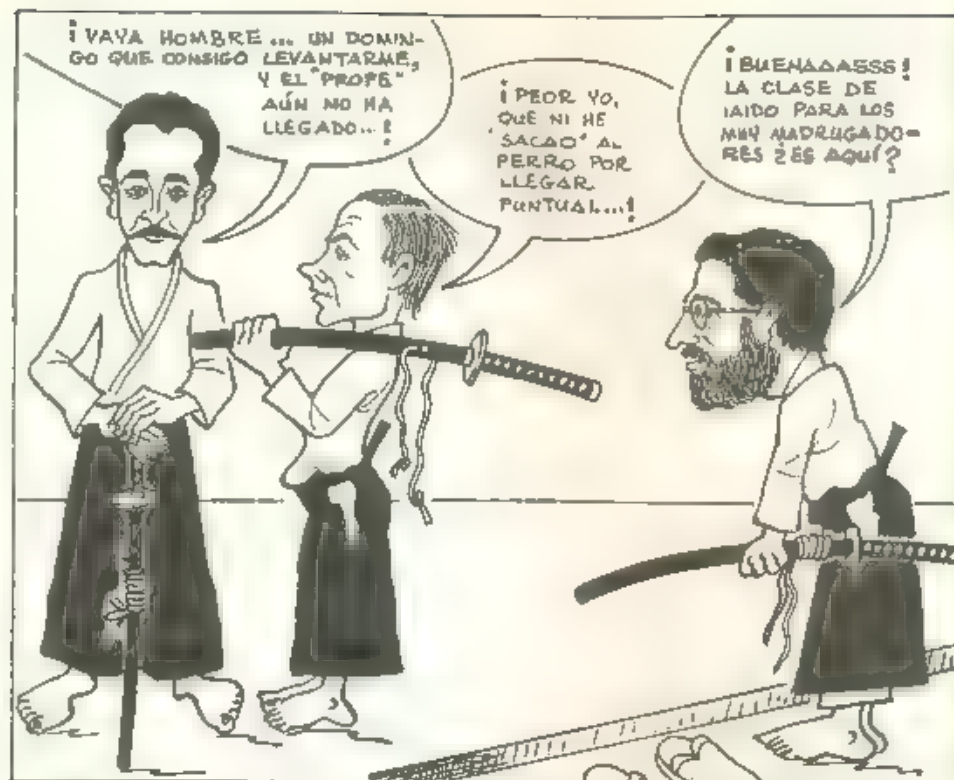
CONSERVAR LA CALMA Y LA DISPONIBILIDAD EN TODO MOMENTO.

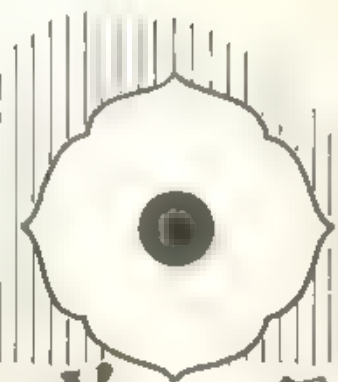
CULTIVAR LA ESTÉTICA DE LOS GESTOS Y EL DOMINIO DE LA ACCIÓN SOBRIA Y EFICAZ AÚN PASANDO BRÚSCAMENTE DE LA CALMA ABSOLUTA AL MOVIMIENTO FULGURANTE...





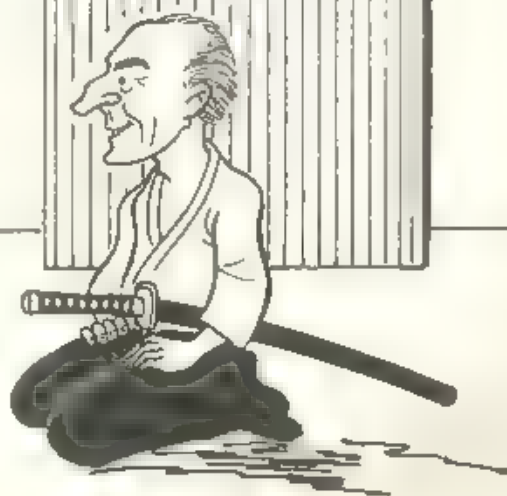




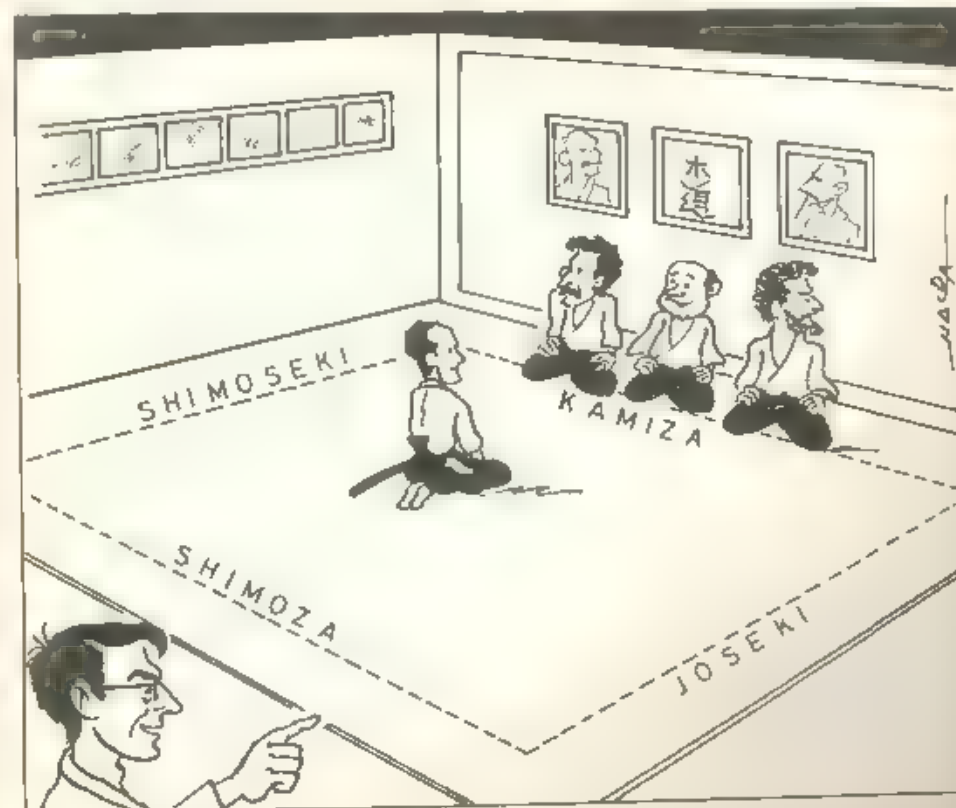


道場

EL DOJO

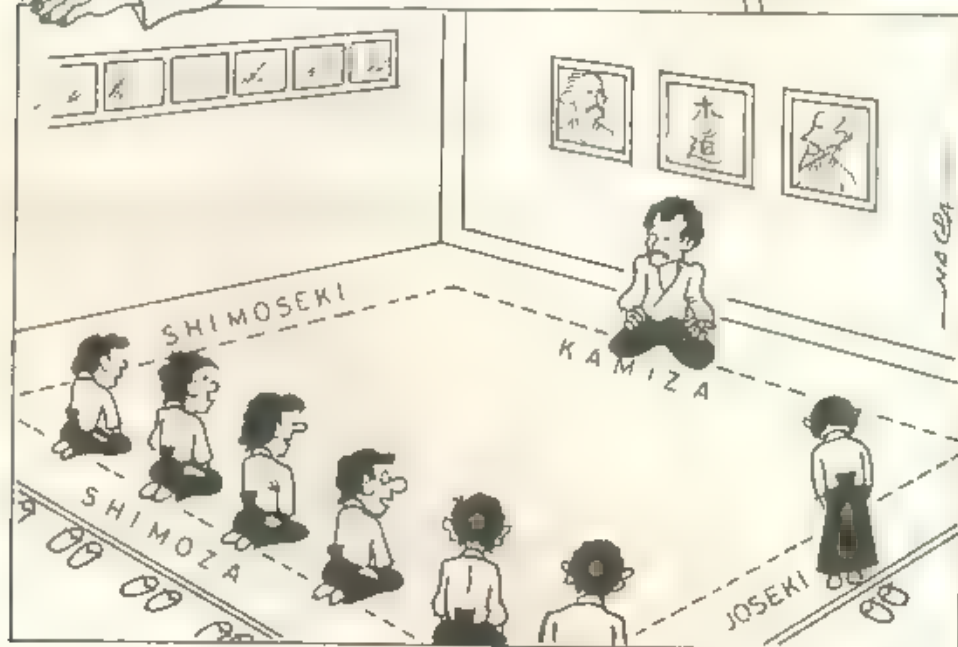


LA PALABRA "DOJO" DESIGNA EL LUGAR (SALA) DONDE SE PRACTICA LA VÍA... (IAIDO, JUDO, ETC). ANTIGUAMENTE, LOS MONJES BUDISTAS, DIERON ESTE NOMBRE A LA SALA DONDE SE REUNÍAN CON EL MAESTRO PARA MEDITAR. EL SAMURAI, CUYA VIDA ESTABA IMPREGNADA DEL BUDISMO ZEN, ACUDÍA AL DOJO PARA MEJORAR SUS TÉCNICAS Y FORJAR SU CARÁCTER...



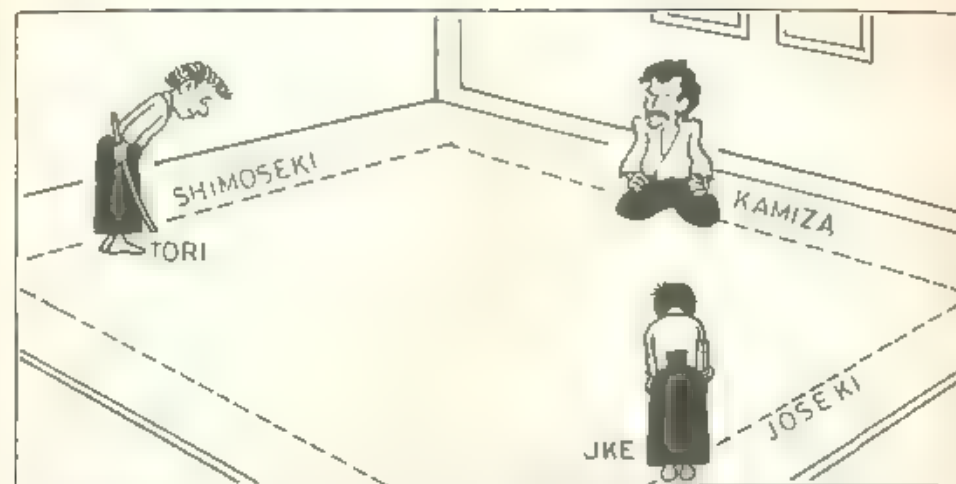


- EL DOJO ES UNA SALA CUADRADA O RECTANGULAR, Y CADA UNO DE SUS LADOS TIENE UN NOMBRE PROPIO, Y UNA CATEGORÍA DISTINTA.
- EL LADO PRINCIPAL ES EL "KAMIZA" DONDE SE ENCUENTRA EL ESTRADO, EL ALTAR, Y LAS FOTOGRAFÍAS O CALIGRAFÍAS DE LOS FUNDADORES DE ALGUN ARTE MARCIAL...



... ES EL SITIO RESERVADO A LOS MAESTROS, VISITANTES DE HONOR, Y DESDE DONDE SE PRESENCIAN LOS KATAS...

- FRENTE AL KAMIZA (LADO OPUESTO) SE HALLA EL "SHIMOZA" DE CATEGORÍA INFERIOR, ESTÁ RESERVADO PARA LOS ALUMNOS, DESDE DONDE SALUDAN ANTES Y DESPUÉS DE CADA CLASE.



- A LA IZQUIERDA DEL KAMIZA, SE ENCUENTRA EL "SHIMOSEKI", O LADO DE LOS ALUMNOS DE MENOR CATEGORÍA, Y A LA DERECHA EL "JOSEKI", O LADO DE LOS ALUMNOS DE GRADO MÁS ALTO.

- PARA REALIZAR LOS KATAS POR PAREJAS, TORI ENTRA EN EL DOJO POR EL LADO SHIMOSEKI, Y UKE POR EL LADO JOSEKI, Y AMBOS SALUDAN HACIA EL KAMIZA.



-ANTES DE ENTRAR O SALIR DEL DOJO, LO CORRECTO ES SALUDAR HACIA EL KAMIZA, CON EL SABLE EN LA MANO DERECHA SUJETO POR LA TSUBA Y EL FILO HACIA ATRÁS.

LA ATMÓSFERA DEL DOJO INFLUYE PODEROSAMENTE EN EL COMPORTAMIENTO DE LOS ALUMNOS, POR LO QUE DEBE INVITAR A LA CALMA, EL SILENCIO, EL RESPETO, LA CONCENTRACIÓN, ETC.

SI NO SABEMOS RESPETAR EL LUGAR EN EL QUE DECIMOS BUSCAR NUESTRO MEJORAMIENTO, SERÁ DIFÍCIL ALCANZAR NINGÚN PROGRESO.





-EN IAIDO, CUALQUIERA QUE SEA LA POSTURA QUE SE ADOPTA, SERÁ CORRECTA COMO BASE INDISPENSABLE PARA QUE LOS GESTOS SEAN ASÍMISMO EFICACES, SOBRIOS Y CORRECTOS. LA ESPALDA Y LA CABEZA VERTICALES, REPOSANDO SOBRE EL "HARA" LIGERAMENTE CONTRAÍDO, EL RESTO DEL CUERPO SEMIRRELAJADO EN SITUACIÓN DE DISPONIBILIDAD INMEDIATA, SIN OLVIDAR QUE LAS CADERAS IMPULSAN TODOS LOS MOVIMIENTOS. LA POSTURA INDICA EL GRADO DE CONCENTRACIÓN DEL PRACTICANTE.

SEIZA



TATE-IZA



"METSUKE" = La mirada.

-LA MIRADA REVELA CON CLARIDAD EL ESTADO DE ÁNIMO DE LA PERSONA. EN SEIZA O TATEIZA SE MIRA AL FRENTE COMO SI HUBIERA UNA PERSONA A DOS METROS DE DISTANCIA...

-EN TACHI-WAZA COMO SI SE MIRA SE AL OTRO IMAGINARIO A UNOS TRES METROS DE DISTANCIA... SE MIRA DE IGUAL MANERA QUE SI SE VIERA APARECER ADVERSIARIOS POR DELANTE, O DETRAS, ETC. TRATANDO DE OBTENER UNA VISIÓN GLOBAL.



IKIAAAA

¿POR DÓNDE...?
¿POR DÓNDE...?

LA MIRADA HA DE SER VIVA Y PENETRANTE, COMO SI REALMENTE VIERA A UN ATACANTE, Y DEBE PRECEDER A CADA ACCIÓN DEL KATA. LA MIRADA REVELARÁ A LOS OBSERVADORES, EL GRADO DE CONCENTRACIÓN, Y CONOCIMIENTO REAL DEL KATA QUE SE ESTÁ REALIZANDO...





-VISUALIZACIÓN.

-ANTES Y DURANTE EL KATA VISUALIZAMOS MENTALMENTE CADA ACCIÓN DEL ADVERSARIO.

ESTA VISUALIZACIÓN HA DE SER TAN INTENSA QUE SE MANIFIESTE A TRAVÉS DE LOS OJOS CUYA MIRADA SE COMPORTA COMO SI REALMENTE EXISTIERA UN ENEMIGO.

-MA-AI. LA VISUALIZACIÓN MENTAL DEL ADVERSARIO NOS AYUDARÁ A REALIZAR LAS ACCIONES CON EL SENTIDO DE LA DISTANCIA (TIEMPO-ESPACIO) CORRECTA DE PARAR UN ATAQUE, ANTICIPARSE O CONTRAATACAR, SOBRE TODO AL PRINCIPIO, EN EL MOMENTO DEL Desequilibrio PREVIO A KIRI-TSUKÉ.



-KIAI.

-ES SABIDO QUE EL "KIAI" AYUDA A REUNIR ENERGÍAS, ACTUAR CON RAPIDEZ, PARALIZAR O ASUSTAR AL ADVERSARIO, ETC., ETC. ESTE GRITO POTENTE Y BREVE, CONSTITUYE UNA EXPLOSIÓN DE LA ENERGÍA CONCENTRADA EN EL CUERPO Y LA MENTE. LAS FASES PROPIAS DEL KIAI SON: "NUKI-TSUKÉ" Y "KIRI-TSUKÉ"...

-DI ANTONIO... ¿ES VERDAD O NO QUE SIEMPRE TE DOMINO CON MI HARA...?

-HARA.

-EL IAIDO REQUIERE UN CIERTO DOMINIO DE LA CONCENTRACIÓN EN EL HARA, GRACIAS A LA CUAL SE LOGRA LA CALMA, EL AUTODOMINIO, EL VALOR Y LA DECISIÓN. ESTE CONTROL DEL HARA FACILITA LA FUERZA, LA EFICACIA Y LA ESPONTANEIDAD DE LA ACCIÓN JUSTA EN TIEMPO, ESPACIO Y RITMO...



"MUNEN-MUSHIN" ES EL ESTADO DE LA MENTE ORIGINAL, DESLIGADA DEL EGO, Y DE TODA EMOCIÓN Y DESEO, PERMITIÉNDOLE REACCIONAR DE IDENTICA MANERA QUE EL ESPEJO QUE REFLEJA INSTANTÁNEAMENTE LA IMAGEN DEL OBJETO QUE APARECE FRENTE A ÉL, PERO SÓLO ES POSIBLE ACTUAR ASÍ UNA VEZ SUPERADA LA FASE TÉCNICA DE LOS KATAS...

A cartoon illustration of a man in a white robe and dark skirt, holding a long sword and a small object, possibly a scroll or a small sword, in a dynamic pose. The man has a large nose and is looking to the right. The background is a simple, stylized landscape with a curved horizon line.

-CONTROLAR LA RESPIRACIÓN ABDOMINAL SIGNIFICA TOMAR CONSCIENCIA DE SÍ MISMO, ELEVAR EL TONO MUSCULAR, CONCENTRARSE, SER MÁS RECEPTIVO, Y REALIZAR CADA ACCIÓN CON LOS PULMONES LLENOS, EXPULSANDO EL AIRE, EN PERFECTA ARMONÍA CON LOS MOVIMIENTOS.

-NURI-TSUKE : ESPIRACIÓN PARCIAL
LENTA BRUSCA...

-SEME: ESPIRAR
EL RESTO DEL
DIRE...

- CHIBURI:
ESPIRACIÓN
LENTA...
PARCIAL...

-ZANSHIN : INSPIRACIÓN LENTA,
PROFUNDA, ABDOMINAL... Y
BREVE RETENCIÓN DEL AIRE...

- FURIKABUTE : INSPIRACIÓN ABDOM.
- KIRI-TSUKU :
ESPIRACIÓN
BRUSCA...

...NOTO-TSUYKE : (AL FINAL DE...)
ESPIRACIÓN
LARGA
FORZADA...

-HYOSHI. (EL RITMO).

-LA EJECUCIÓN DE LOS KATAS DE AÍDO SE SUCEDE A DIFERENTES RITMOS QUE SE ALTERNAN EN PERFECTA ARMONÍA, SIN CAMBIOS BRUSCOS. SE DISTINGUEN CINCO TIEMPOS, SI ANALIZAMOS LA VELOCIDAD Y DURACIÓN DE CADA FASE DEL KATA - AUNQUE NO TAXATIVAMENTE - LAS ACCIONES SE DESARROLLARÍAN MÁS O MENOS ASÍ :

-ZANSHIN : ACCIÓN DENTRO DE LA CALMA...



-NUKI-TSUKÉ : LENTO AL PRINCIPIO, RÁPIDO AL FINAL (LARGO)

-SEME : BREVE PAUSA PARA DESEQUILIBRAR... (CORTO)



-FURIKABITE : VELOCIDAD NORMAL AL SUBIR. (CORTO)

-KIRI-TSUKÉ : ACCELERACIÓN PROGRESIVA AL BAJAR.. (CORTO)



-BREVE PAUSA...

-CHIBURI : LENTAMENTE AL SUBIR, BRUSCAMENTE AL BAJAR (LARGO-CORTO)

-SIN PAUSA...



-NOTO-TSUKÉ : LENTAMENTE AL ACERCAR EL SABLE A LA FUNDA... ENVAINAR CON RAPIDEZ HASTA LA MITAD... Y CON LENTITUD LA ÚLTIMA PARTE DE LA HOJA.. (LARGO)



MAESTRO... ¿PUEDO HACER UN KATA QUE ME HE INVENTADO YO...?



-KI-KEN-TAI-NO-ICHI.

-EN AÍDO CADA GESTO Y CADA MOVIMIENTO SON RESULTADO DE LA ARMONÍA Y UNIDAD ABSOLUTA ENTRE LA MENTE, EL CUERPO, EL KI Y EL SABLE. EL GOLPE, EL KIAI, EL PIE CONTRA EL SUELO Y EL DESPLAZAMIENTO O AVANCE DEL TRONCO, TODO AL MISMO TIEMPO. LA MAESTRÍA NO ES OTRA COSA QUE EL DOMINIO DE ESTAS ACCIONES COORDINADAS...

-YOMI. (INTUICIÓN)

-EN LA ÉPOCA FEUDAL ERA MUY IMPORTANTE POSEER ESTE "SEXTO SENTIDO". HOY SIGUE SIENDO NECESARIO UN CIERTO GRADO DE INTUICIÓN, Y AUNQUE SE DICE QUE ES UNA FACULTAD INNATA, NO ES MENOS CIERTO QUE PUEDE MEJORARSE CON LA PRÁCTICA CONSTANTE...

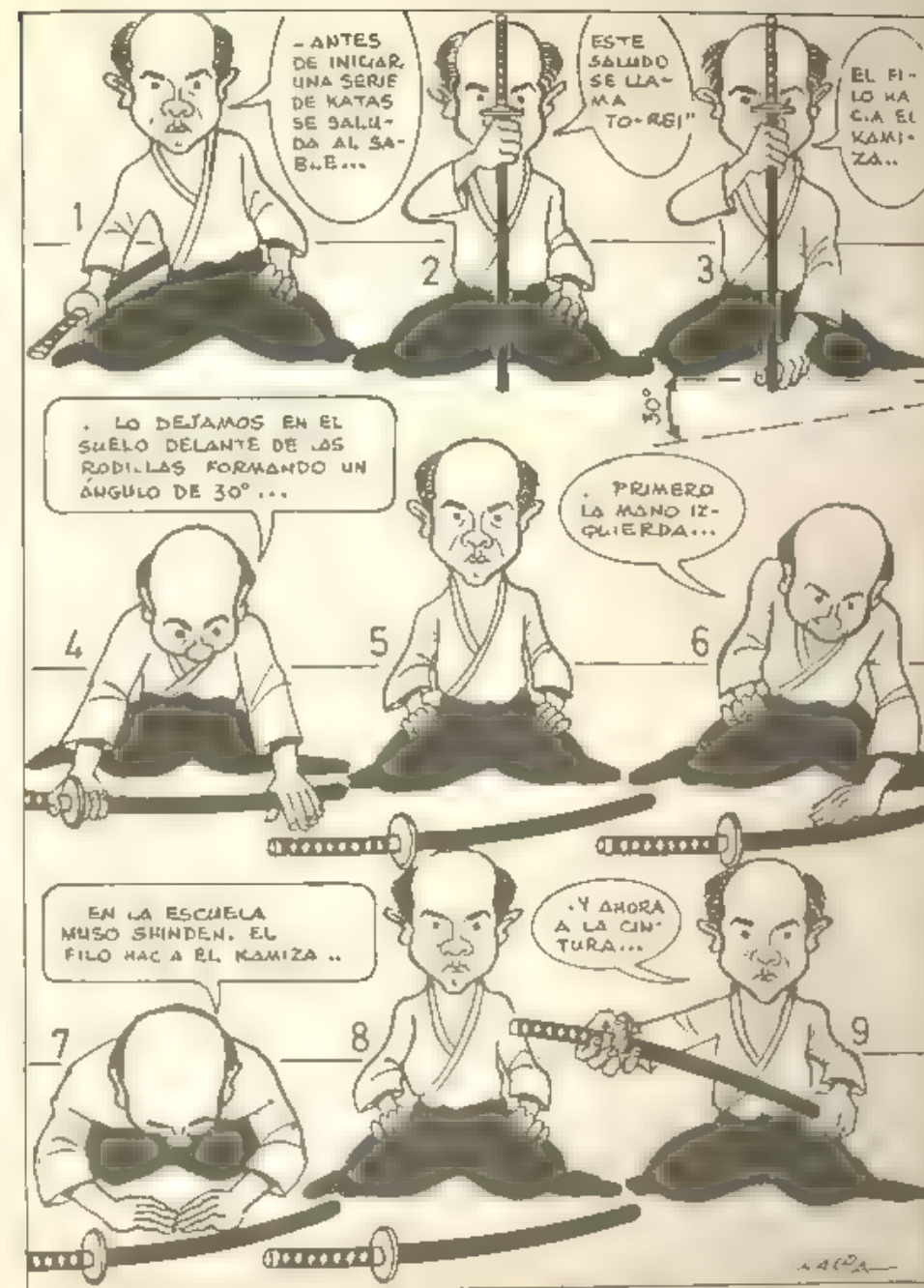
¿LO SIENTO COLEGA...! LA INTUICIÓN SE TIENE O NO SE TIENE... ¿TE CONVENES AHORA... ?

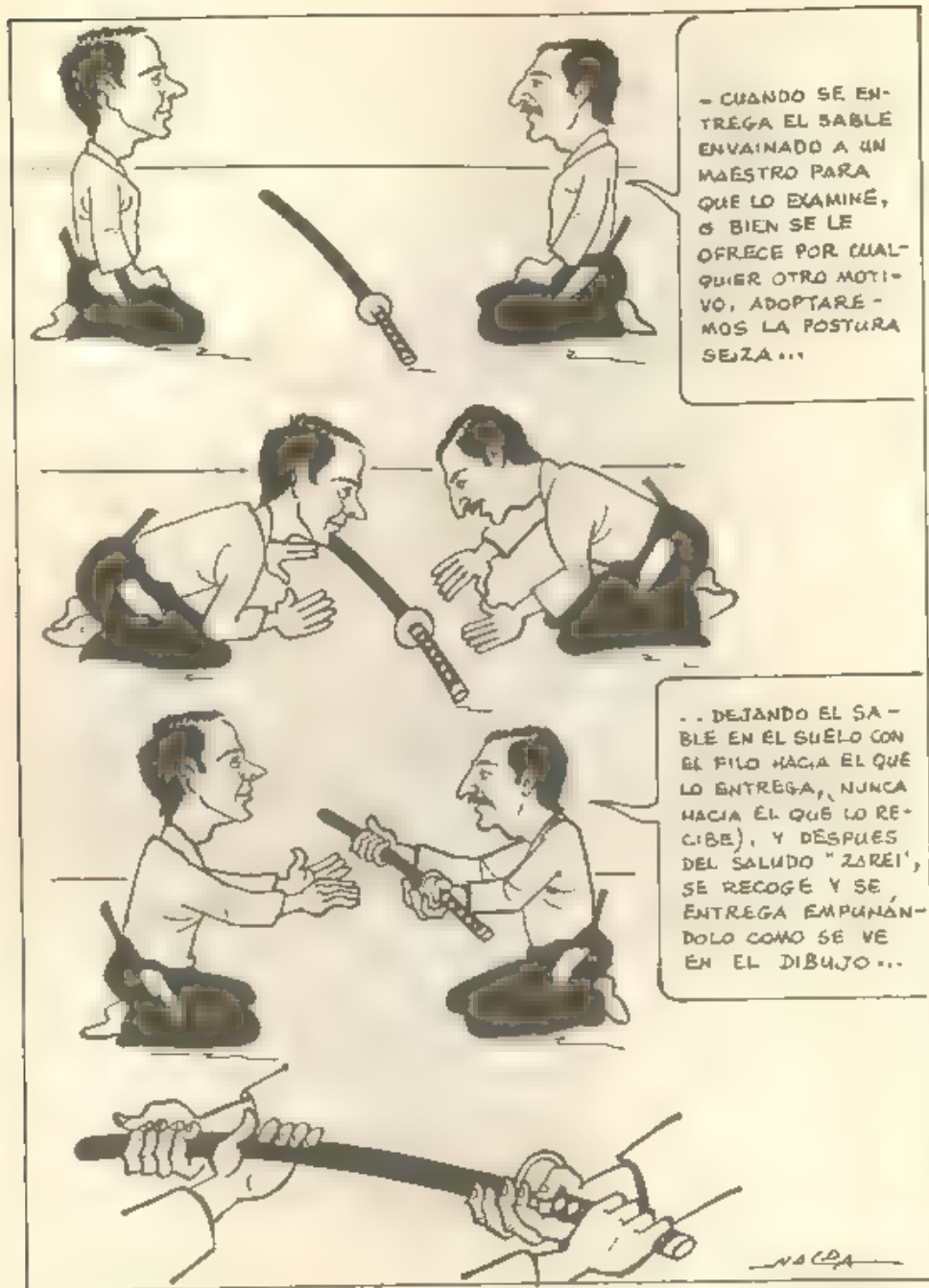


REI (La Etiqueta)



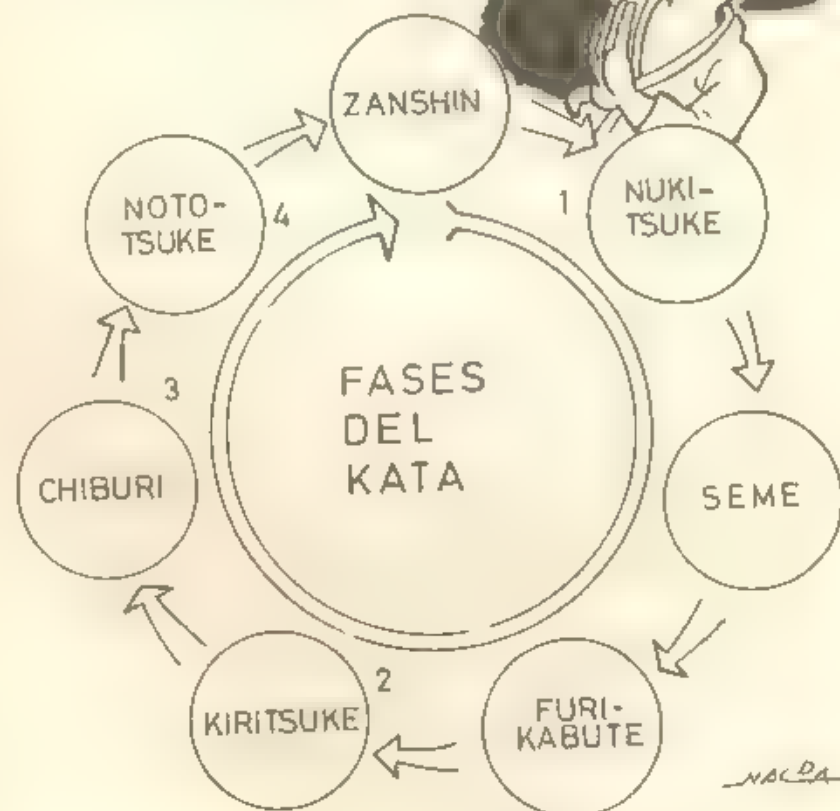






-CASI TODOS LOS KATAS DE IAIDO SE COMPONEN DE LA MISMA SERIE DE MOVIMIENTOS O FASES, QUE SE SUCEDEN SIEMPRE EN EL MISMO ORDEN SEGÚN ESTE ESQUEMA:

.. DESPUES VEREMOS CADA UNO DE ESTOS GESTOS DETALLADAMENTE ...



-NUKI-TSUKU. (DESENVAINAR)

-EL KATA EMPIEZA DESDE LA POSICIÓN "SEIZA" EN ACTITUD VIGILANTE (ZANSHIN).

EL SABLE EN LA CADERA IZQUIERDA, FORMA UN ÁNGULO DE 30° CON EL EJE DEL CUERPO DE MODO QUE LA EMPUÑADURA CRUZA Y PROTEGE EL ABDOMEN, ADEMÁS DE QUEDAR MAS CERCA DE LA MANO DERECHA.



¡PERO SOBRE TODO: "ZANSHIN", SIEMPRE "ZANSHIN" ... !

NUKI-TSUKU EXIGE REALIZAR UN CIERTO NÚMERO DE ACCIONES SIMULTÁNEAS QUE VOY A INTENTAR DESCRIBIR CON LA MÁXIMA CLARIDAD...



NUKI-TSUKU. ACCIONES SIMULTANEAS.

ENDEREZAR EL CUERPO APROXIMANDO LAS RODILLAS.

UNA O DOS ESPIRACIONES FUERTES Y CORTAS.

NO BAJAR LA EMPUÑADURA AL COGERLA CON LA MANO DCHA.

APOYAR LOS DEDOS DE LOS PIES EN EL SUELO.

NO AGARRAR CON TODOS LOS DEDOS AL EMPEZAR A DESENVAINAR.

LA MANO IZQUIERDA SUJETA LA FUNDA, EL PULGAR EMPUJA LA TSUBA...

... AL TIEMPO QUE APOYA LA MANO DERECHA SOBRE LA EMPUÑADURA, COGIÉNDOLA SOLO CON EL INDICE Y EL PULGAR...

NUKI-TSUKU

-AL EMPEZAR A DESENVAINAR, EL POMO DE LA EMPUÑADURA SE DIRIGE HACIA EL ADVERSARIO.

-LOS PRIMEROS 25 CMS. DE HOJA SALEN CON EL FILO HACIA ARRIBA, DESPUÉS LA MANO IZQUIERDA HACE GIRAR LA FUNDA HACIA EL EXTERIOR PONIÉNDOLA PLANA Y HORIZONTAL.

...EEEEIIIIIT..

-EL PIE DERECHO (o IZQUIERDO) DA UN PASO ADELANTE (AL MISMO TIEMPO QUE EL SABLE) Y GOLPEA EL SUELO CON TODA LA PLANTA...

¡PLAS!

-DESENVAINAR SUAVE-
MENTE AL PRIN-
CIPIO, UN POCO MÁS
RÁPIDO A PARTIR
DE LA MITAD DE LA
HOJA, Y CON LA
MÁXIMA VELOCIDAD
LOS ÚLTIMOS CEN-
TÍMETROS DEL
SABLE.

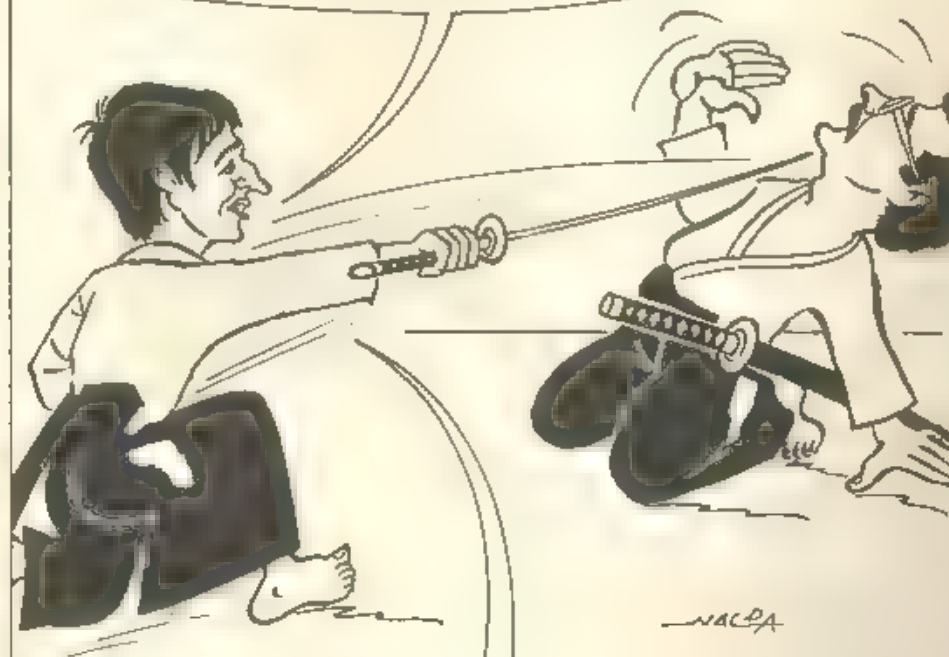
-AL TERMINAR
DE SALIR
EL SABLE,
LA MANO Y
EL HOMBRO
IZQUIERDO
SE LLEVAN
HACIA ATRÁS
DE MANERA
QUE QUEDAN
CASI OCUL-
TOS AL FREN-
TE...

-NO CRUZAR LA PIERNA IZQUIERDA AL
AVANZAR LA DERECHA. AMBAS DEBEN
PERMANECER PARALELAS ENTRE SÍ,
Y AL FRENTE PARA NO PERDER PO-
TENCIA Y SOLTURA EN LA ACCIÓN...

—NALDA—

-SEME. (LA AMENAZA Y EL DESEQUILIBRIO).

-AL PRINCIPIO DEL KATA (NUKI-TSUKU)
LA AMENAZA SE MATERIALIZA DIRIGIENDO
EL POMO DE LA EMPUÑADURA HACIA EL
ABDOMEN DEL ADVERSARIO.



—NALDA

-AL FINAL DE NUKI-TSUKU LA AMENAZA SIRVE
PARA DESEQUILIBRAR AL ADVERSARIO. EMPUJÁN-
DOLE CON LA PUNTA DEL SABLE SOBRE LA CARA
Ó LA GARGANTA, ESTIRANDO EL TRONCO Y EL BRA-
ZO HACIA ADELANTE AVANZANDO UN POCO LA
RODILLA QUE SE APOYA EN EL SUELO.
LA ACCIÓN DE SEME ES NECESARIA PARA
PASAR A LA SIGUIENTE "FURIKABUTE".

-FURIKABUTE. (ARMAR EL SABLE)

-MANTENER EL CUERPO BIEN DERECHO, FLEXIONAR EL CODO DERECHO Y DIRIGIR LA HOJA HACIA ARRIBA, LA EMPUÑADURA POR ENCIMA DE LA CABEZA DONDE SERÁ AGARRADA POR LA MANO IZQUIERDA.

LA ACCIÓN DE ARMAR O LEVANTAR EL SABLE SE REALIZA A VELOCIDAD MODERADA Y SIN PAUSA DESPUÉS DE NUKI-TSUKÉ Y SÉME.

EL SABLE FORMARÁ UN ÁNGULO APROXIMADO DE $45^\circ + 50^\circ$ CON LA HORIZONTAL SOBRE LA CABEZA.

EL SABLE SE EMPUÑA SIN CRISPACIÓN, LA MANO IZQUIERDA ES LA QUE LO SOSTIENE, Y LA DERECHA LO DIRIGE. AMBAS MANOS SUJETAN EL SABLE PRINCIPALMENTE CON TRES DEDOS EL PULGAR, EL ANULAR Y EL MENIQUE.



-KIRI-TSUKÉ. (CORTAR)

-ES INDISPENSABLE PARTIR DE UNA POSTURA CORRECTA: EL CUERPO BIEN VERTICAL, LA TENSION EN EL HARA, LOS HOMBROS RELAJADOS, LA FUERZA EN LAS CADERAS, AMBAS PIERNAS BIEN VERTICALES Y PARALELAS ENTRE SÍ, EL TALÓN IZQUIERDO CERCA DEL SUELO...

UN KIAI-ESPIRACIÓN ACOMPAÑARÁ LA ACCIÓN DE LOS BRAZOS EN ACCELERACIÓN PROGRESIVA DE PRINCIPIO A FIN...



IKKIAAAA

.. EN CUYO MOMENTO EL SABLE ES FRENADO POR LA ACCIÓN DE LAS MANOS QUE ROTAN O GIRAN UN POCO HACIA EL INTERIOR.

EL GOLPE NO ES VERTICAL DE ARRIBA-ABAJO SINO DE ATRÁS-ADELANTE,



-CHIBURI. (LIMPIAR EL SABLE)

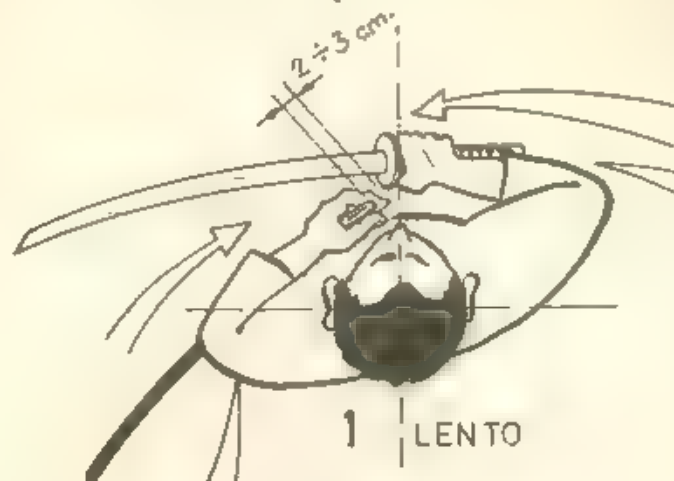
-EL SABLE QUEDA EN LA MANO DERECHA QUE LO ELEVA CON LA HOJA HACIA ATRÁS, HASTA LA ALTURA DE LA CABEZA, EL BRAZO EN LÍNEA CON LOS HOMBROS SIN LLEVAR EL CODO ADELANTE.

AL MISMO TIEMPO QUE NOS INCORPORAMOS, CON UN MOVIMIENTO...



... VIVO HACEMOS BAJAR EL SABLE DESCRIBIENDO UN ARCO HACIA EL EXTERIOR. FRENÁNDOLO BRÚSCAMENTE AL LLEGAR A LA LÍNEA DE LA PIERNA ADELANTADA. AHORA ADELANTE EL PIE ATRASADO HASTA LA ALTURA DEL OTRO SIN SOBREPASARLO, Y ATRÁS EL QUE ESTABA DELANTE MANTENIENDO LAS PIERNAS SEMIFLEXIONADAS...

-NOTO. (ENVAINAR)



AL MISMO TIEMPO, LA DERECHA LLEVA EL CANTO GRUESO DEL SABLE Y LA TSUBA (HORIZONTAL) CERCA DE LA MANO IZQUIERDA.

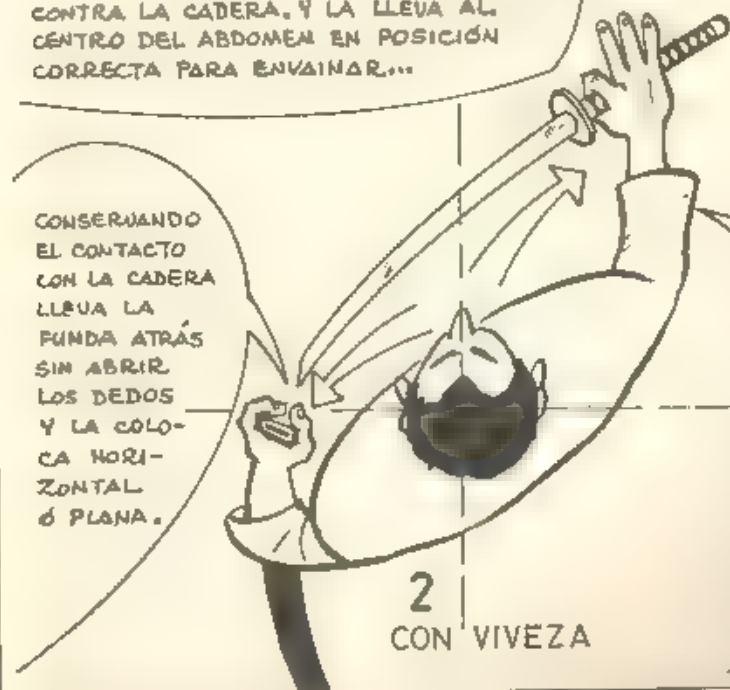
1 LENTO

-LA MANO IZQUIERDA MANTIENE LA FUNDA CONTRA LA CADERA. Y LA LLEVA AL CENTRO DEL ABDOMEN EN POSICIÓN CORRECTA PARA ENVAINAR...

CONSERVANDO EL CONTACTO CON LA CADERA LLEVA LA FUNDA ATRÁS SIN ABRIR LOS DEDOS Y LA COLOCA HORIZONTAL O PLANA.

LA MANO DERECHA CON LA EMPUÑADURA AL FRENTE SE SEPARA DEL CUERPO ADELANTE Y UN POCO A LA DERECHA CON LA HOJA DEL SABLE HORIZONTAL.

2 CON VIVEZA



-CUANDO LA PUNTA ESTÁ
FRENTE A LA EMBOCADU-
RA, SE EMPUJA EL CODO
IZQUIERDO ADELANTE
PARA ENVAINAR.
NO ES CORRECTO
ABRIR LOS DEDOS
Y SERVIRSE DE
ELLOS PARA
GUIAR LA PUN-
TA DEL SABLE.

- EL ÍNDICE
Y PULGAR
DE LA
MANO DE-
RECHA
SUJETAN
LA EMPU-
ÑADURA
Y EMPU-
JAN EL
SABLE...

3

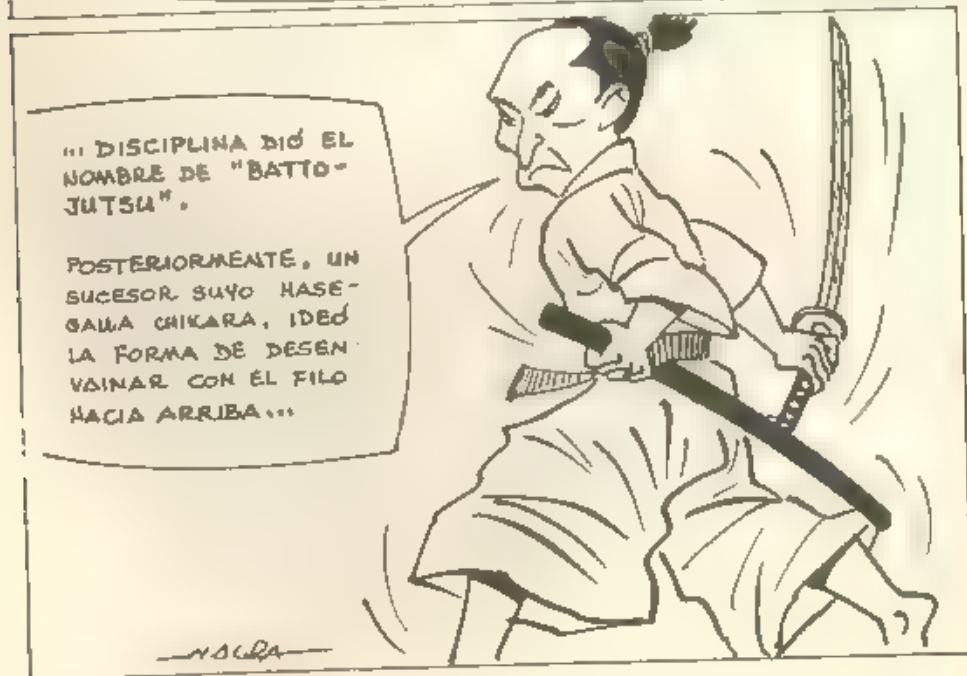
... AL PRINCIPIO RÁPI-
DO, DESPUÉS MAS DES-
PACIO HASTA QUE RES-
TAN UNOS 25 CM. POR
ENTRAR. EN CUYO MO-
MENTO EL SABLE Y LA
FUNDA GIRAN HASTA LA
VERTICAL - EL FILO
HACIA ARRIBA- ENFUN-
DANDO DESPACIO HAS-
TA EL FINAL CONSER-
VANDO LA ACTITUD
ZANSHIN...



MUSO
SHINDEN
RYU

夢想神伝流





PROGRAMA DE KATAS MUSO SHINDEN RYU

MUSO SHINDEN RYU	SHODEN, ó OMORI RYU SHO = COMIENZO, DEN = INICIACIÓN, TRADICIÓN.	1ª SERIE DE 12 KATAS. (CADA UNO DE ELLOS REFLEJA UNA SITUACIÓN REAL DE COMBATE).
	CHUDEN (EISHIN RYU) CHU = GRADO MEDIO	2ª SERIE DE 10 KATAS.
	OKUDEN OKU = PROFUNDO, SUPERIOR, MADUREZ.	3ª SERIE DE 21 KATAS.

-VAMOS A INICIAR LA DESCRIPCIÓN DE LOS KATAS "OMORI-RYU" O "SHODEN", SEGÚN EL ORDEN DE APRENDIZAJE ESTABLECIDO POR LOS EXPERTOS. TODA DEMOSTRACIÓN DE IAIDO COMIENZA Y TERMINA CON LOS SALUDOS QUE YA CONOCE EL LECTOR. PREVIAMENTE SE EXPLICARÁ LA SITUACIÓN REAL DE COMBATE QUE REPRESENTA CADA KATA, PARA QUE TENGAN SENTIDO TODOS LOS MOVIMIENTOS.



1ª SERIE DE KATAS

大森流

OMORI RYU

- 1 SHOHATTO
- 2 SATO
- 3 UTO
- 4 ATARITO
- 5 IN-YO SHINTAI
- 6 RYUTO
- 7 JUNTO
- 8 GYAKUTO
- 9 SEITSUTO
- 10 KORANTO
- 11 GYAKUTE IN-YO
- 12 BATTO (NUKI UCHI)



-YA SEA DURANTE EL ENTRENAMIENTO, O EN DEMOSTRACIÓN OFICIAL, DE LOS KATAS DE "OMORI-RYU", SE SUPONE QUE EL ATAQUE PROCEDE SIEMPRE DEL LADO DEL KAMIZA, POR LO QUE AL PRINCIPIO DE CADA KATA, SE ADOPTARÁ RESPECTO A DICHO LADO, LA POSICIÓN QUE SE INDICA EN ESTOS ESQUEMAS :

KAMIZA



- SHOHATTO
- IN YO SHINTAI.
- GYAKUTO.
- KORANTO.
- IN YO SHINTAI KAE WAZA.
- BATTO.

KAMIZA



- SATO
- RYUTO.
- JUNTO.



- UTO.
- SEICHUTO.



- ATARITO.



-1- SHOATTO. EL ATAQUE VIENE DEL FRENTE



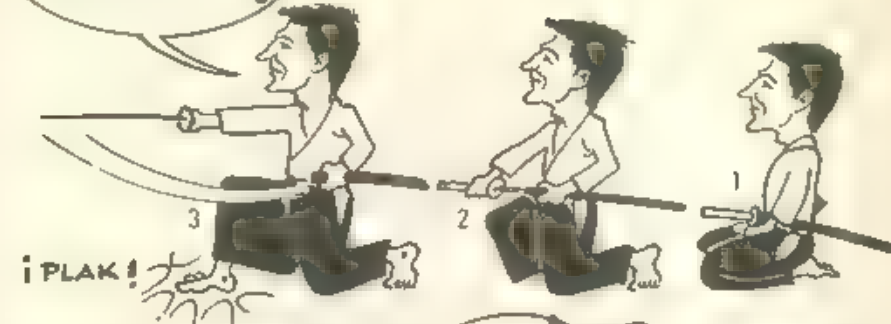
-UKE FRENTE A TORI EN POSTURA SEIZA.

EN UN MOMENTO DADO UKE DESCUBRE SU INTENCIÓN DE ATACAR POR SORPRESA.

EN EL MISMO INSTANTE, TORI SE ANTICIPA REALIZANDO SHOATTO.

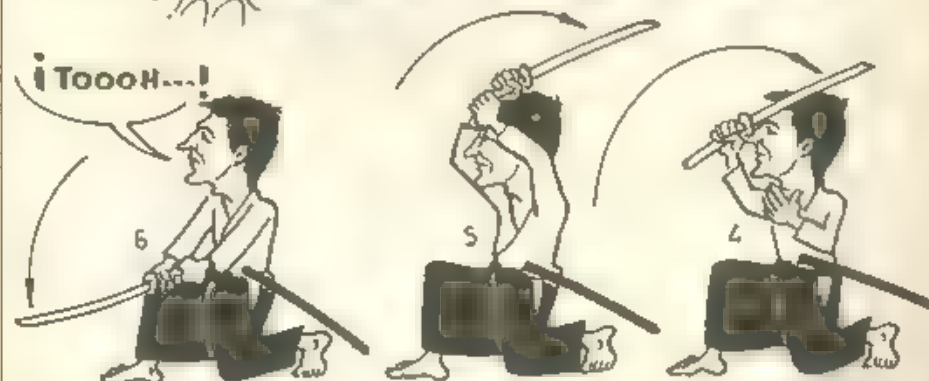
SHOATTO

¡KKIIIAAA...!

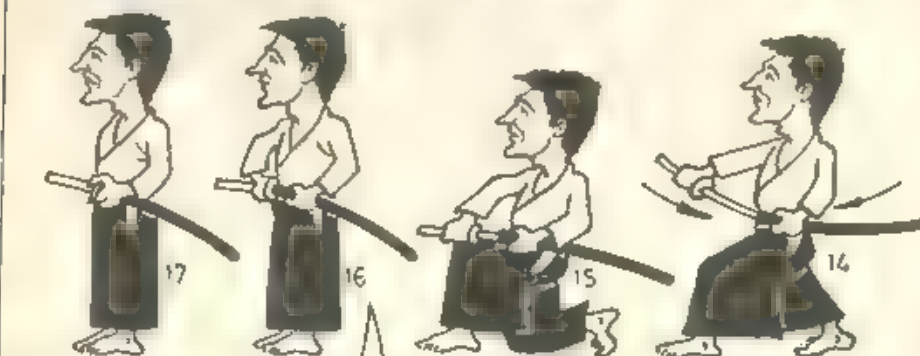


¡PLAK!

¡TOOOH...!



SHOATTO



FIN.

AL INCORPORARME ADELANTE EL PIE DERECHO.

WADA



- 2. SATO. EL ATAQUE VIENE DEL LADO IZQUIERDO.

-UKE EN SIEMPRE ESTÁ A LA IZQUIERDA DE TORI.

EN UN MOMENTO DADO, UKE HACE INTENCIÓN DE ATACAR.

TORI PERCIBE ESA ACCIÓN Y ADELANTÁNDOSE GIRA HACIA SU IZQUIERDA Y REALIZA SATO.



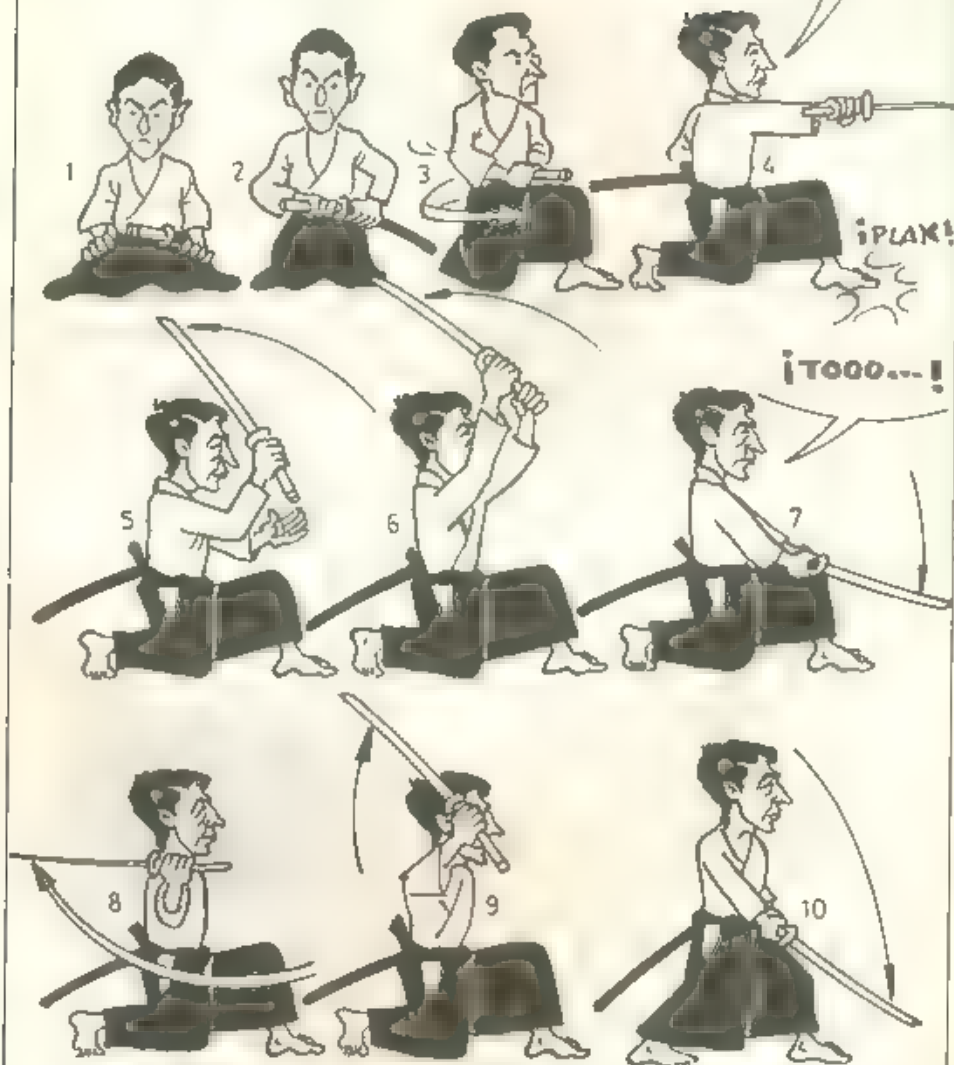
WADA

-SATO.

¡EEENII...!

¡PLAK!

¡TOOO...!

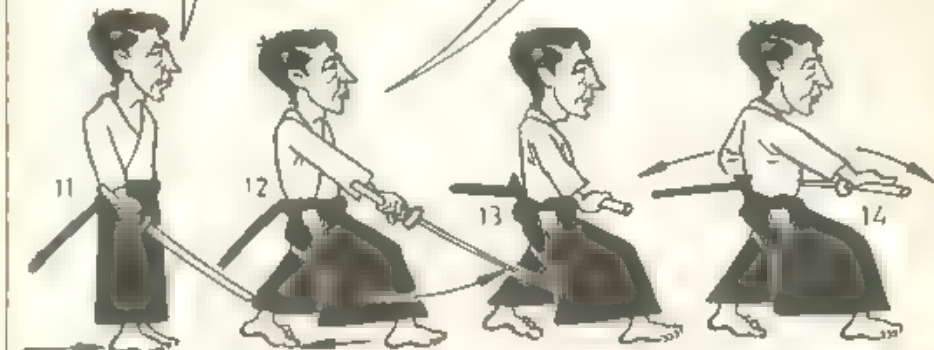


MA'LA

SATO

ADELANTO EL
PIE DERECHO.

ATRASO EL PIE
IZQUIERDO.



NADA -

AL INCORPORARME ADE-
LANTO EL PIE IZQUIERDO.

-FIN.



-3. UTO. EL ATAQUE VIENE DEL LADO DERECHO.



-UKE EN SENZA ESTÁ A LA DERECHA DE TORI.

EN UN MOMENTO DADO, UKE HACE INTENCIÓN DE ATACAR.

TORI PERCIBE ESA ACCIÓN Y ADELANTÁNDOSE GIRA HACIA SU DERECHA Y REALIZA UTO.

-UTO.

¡IIII AAAH...!



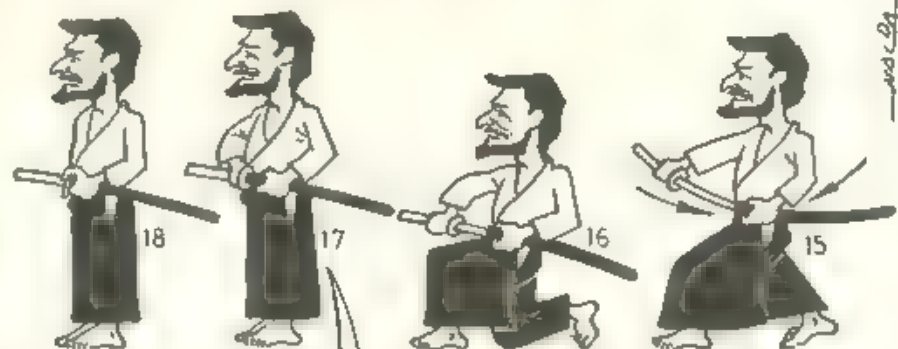
¡Tooo...!



-UTO.

ATRASO
EL PIE
DERECHO.

ADELANTO
EL PIE IZ-
QUIERDO.



FIN.

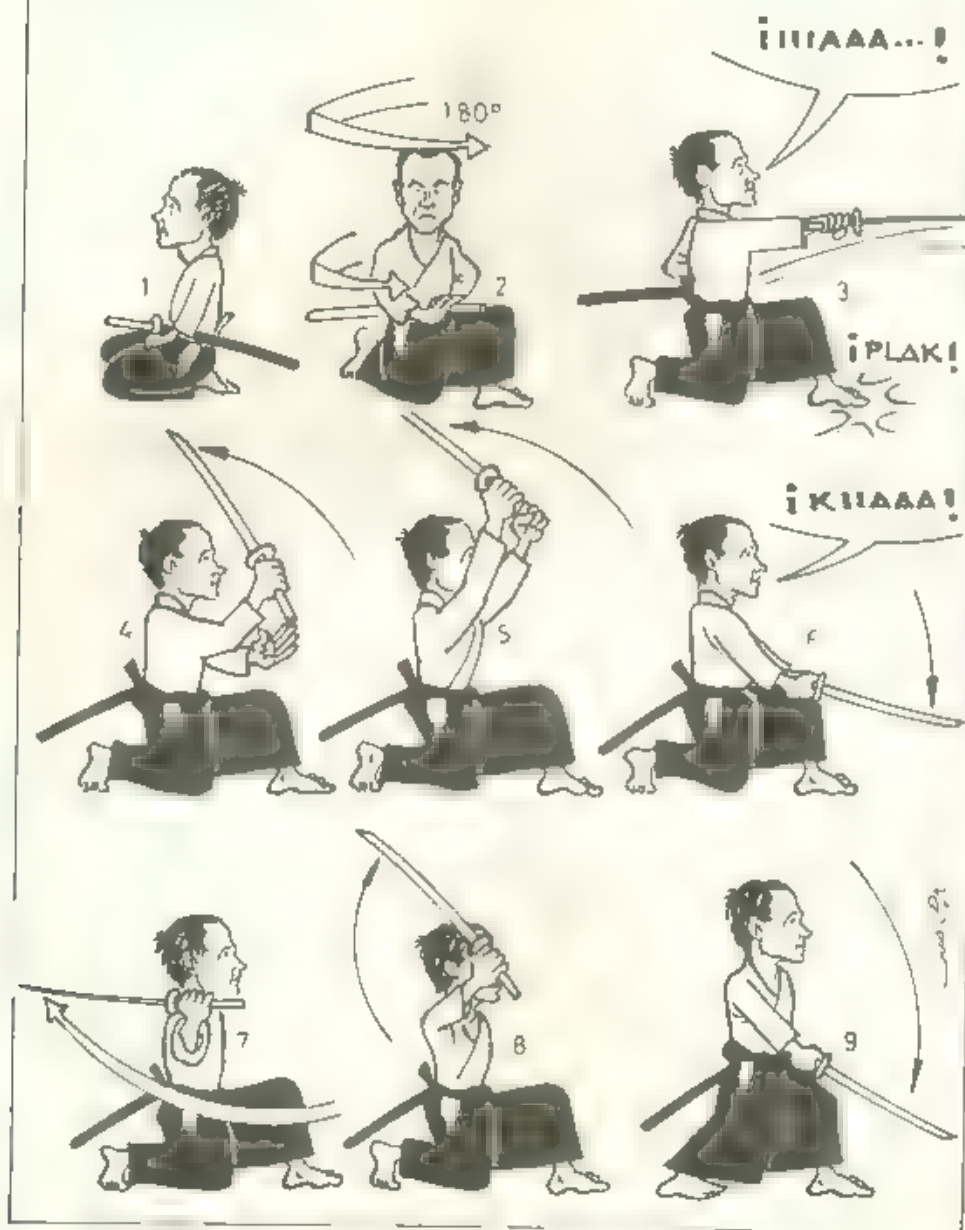
AL INCORPORARME
ADELANTO EL
PIE DERECHO.

4. ATARITO. EL ATAQUE VIENE DE DETRAS.

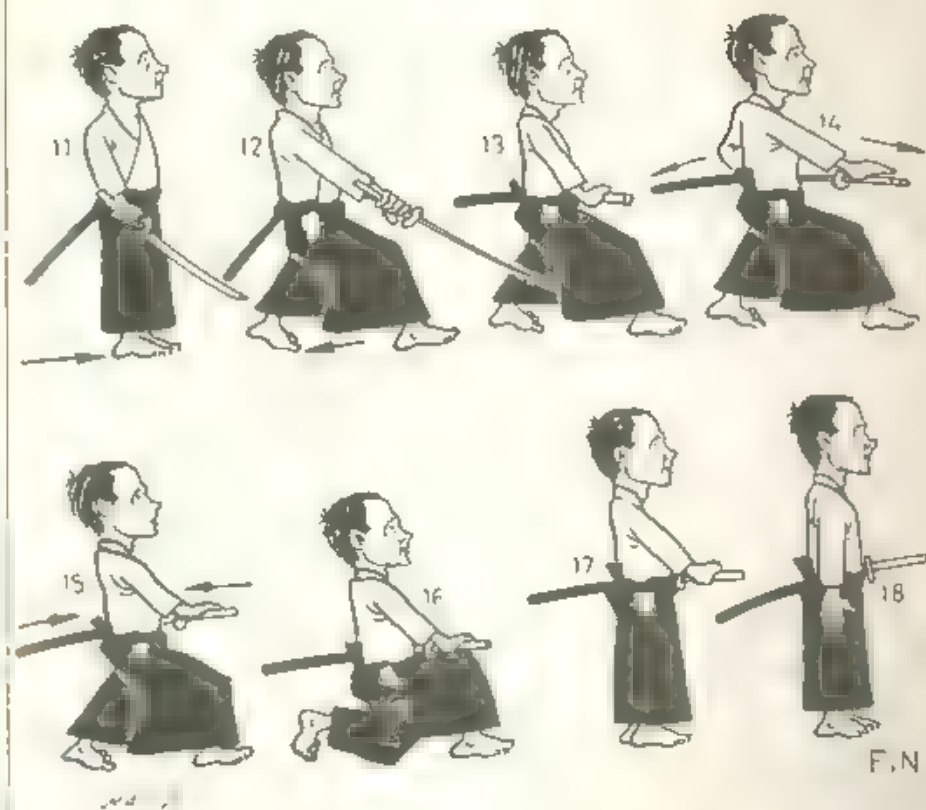
-UKE SE ENCUENTRA EN SEIZA DETRÁS DE TORI. É INTENTA ATACARLE POR SORPRESA...
¿CÓMO SE APERCIBIRÁ TORI DE ESA INTENCIÓN? ¿INTUICIÓN, PRESENTIMIENTO, AGUDEZA AUDITIVA...?



-ATARITO.



-ATARITO



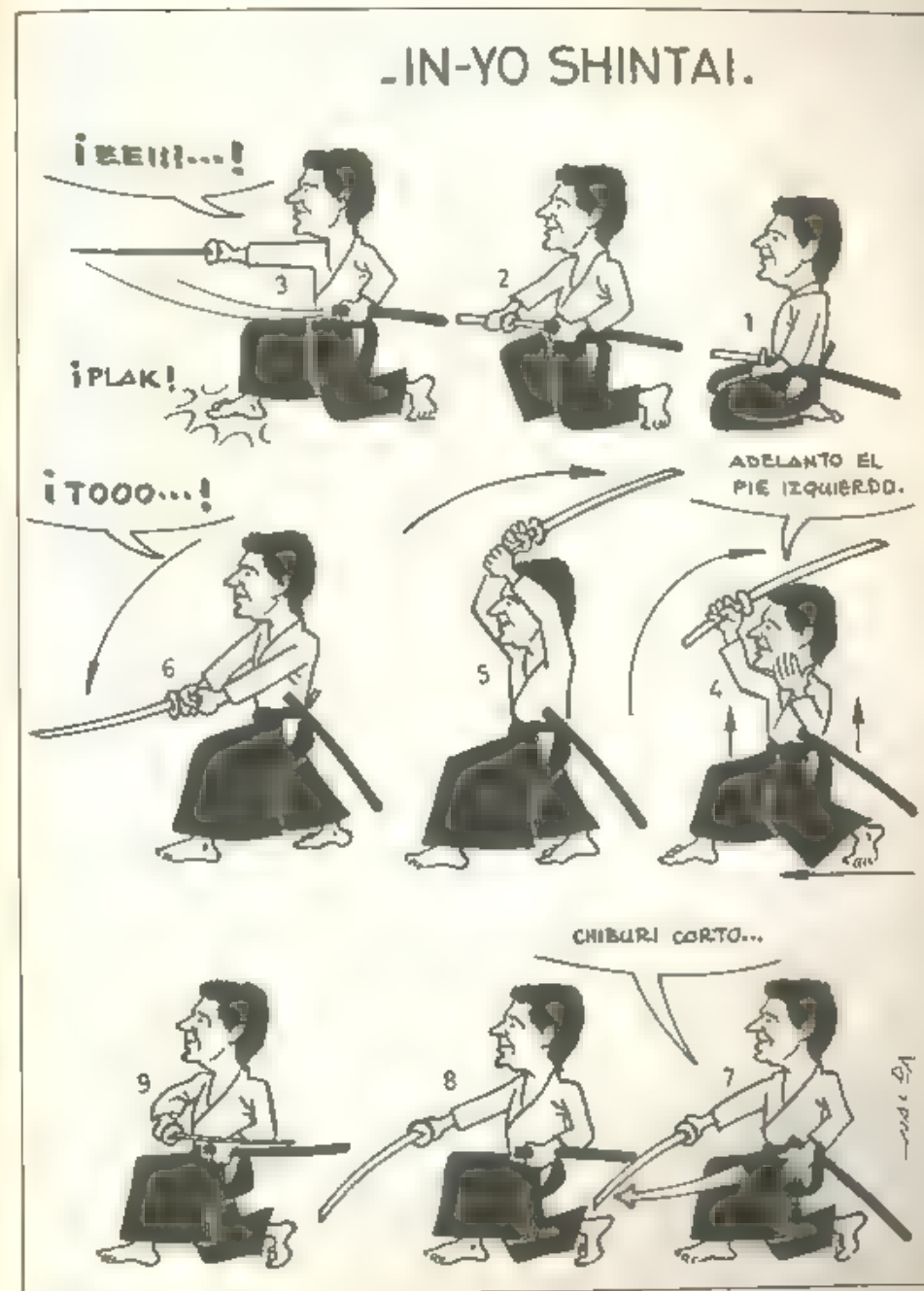


5. IN-YO SHINTAI.

ATAQUE SUCESIVO DE DOS ADVERSARIOS.

UKE 1, EN SEIZA FRENTE A TORI. UKE 2, PERMANECE ESCONDIDO.

TORI REALIZA LA PRIMERA PARTE SOBRE UKE 1, HACE UN BREVE CHIBUKI, Y AL ENVAINAR APARECE UKE 2 SOBRE EL QUE EJECUTA LA SEGUNDA PARTE DEL KATA.



- IN YO SHINTAI.

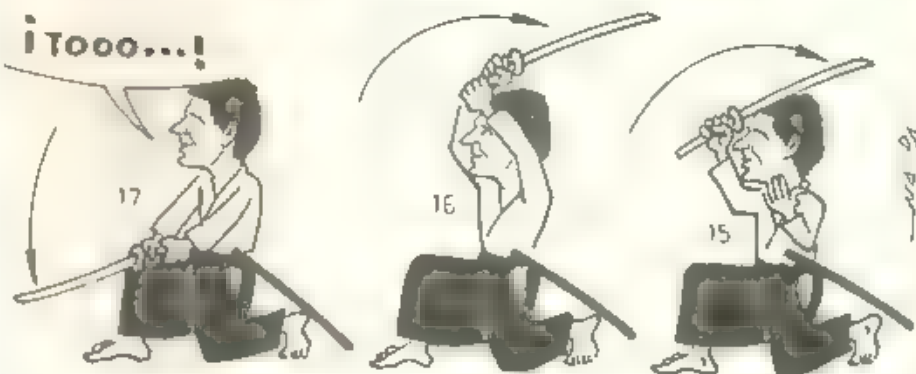


¡KUHIAAA...!

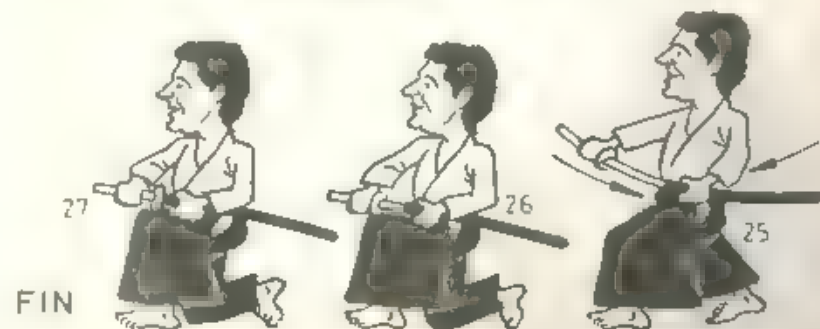
SIN PAUSA APA-
RECE UKE 2...



¡TOOO...!



- IN YO SHINTAI.





- 6. RYUTO.

ATAQUE A LA CABEZA
DESDE EL KAMIZA.



-TORI DETIENE EL GOLPE CON EL
CANTO GRUESO DEL SABLE (SHI-
NOGI) COLOCÁNDOLO EN OBLÍCUO
SOBRE LA CABEZA.
INVIERTE LA POSICIÓN DE LA MA-
NO DERECHA PARA ENVAINAR.
(GYAKUTE).

. RYUTO.

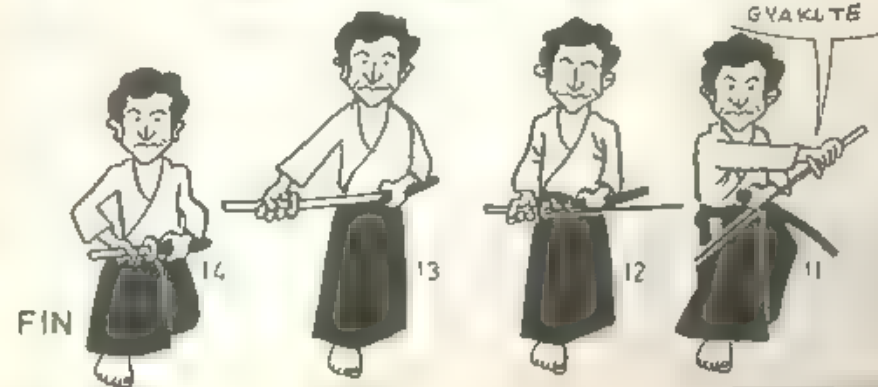


¡KIIIAAAA...!

CHIBURI CORTO



GYAKUTE



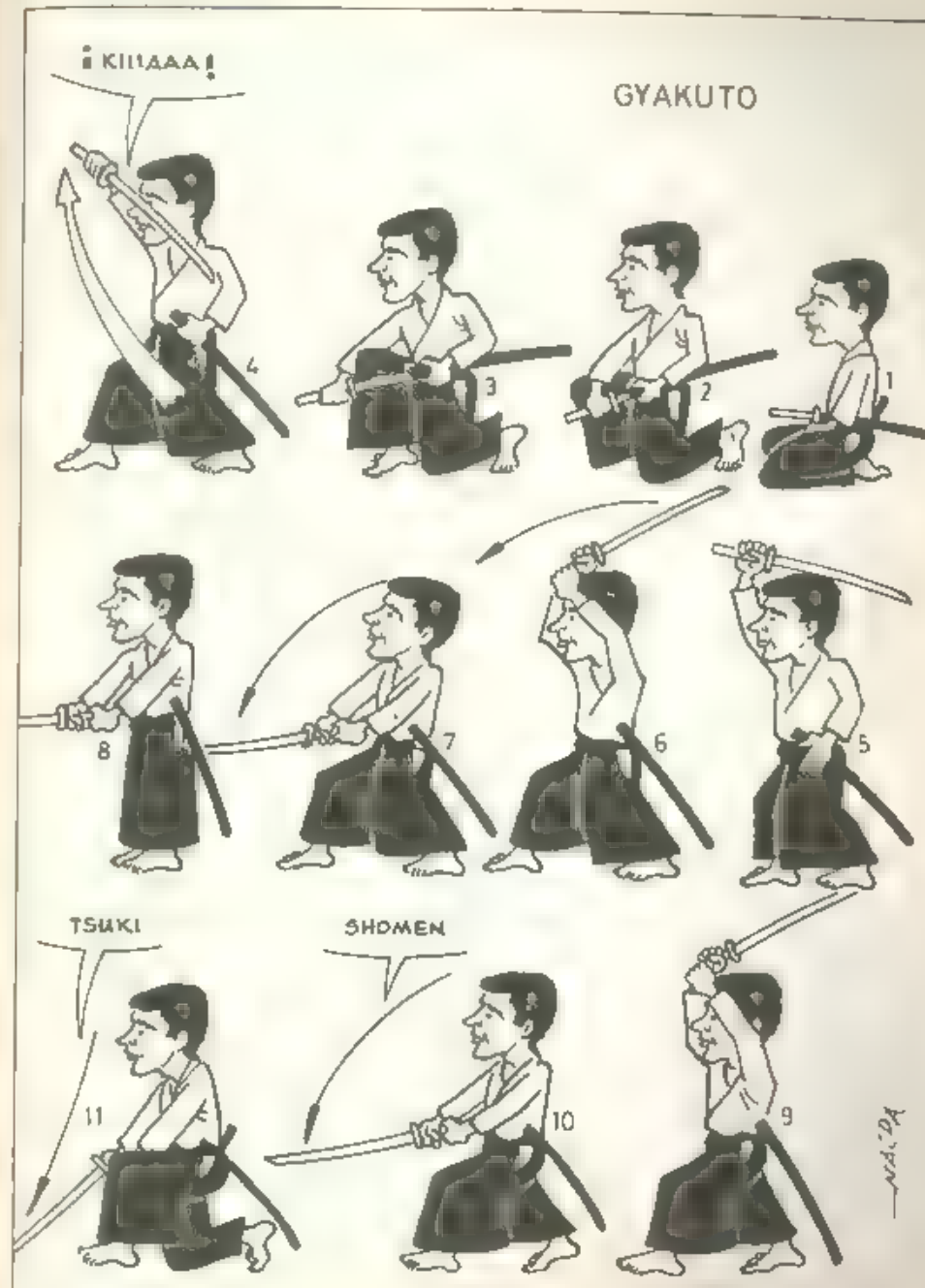
FIN



-8. GYAKUTO. INVERTIR EL SABLE.

-UKE Y TORI FRENTE A FRENTE EN SEIZA.

NOTO SE REALIZA INVERTIENDO LA POSICIÓN DE LA MANO DERECHA SOBRE LA EMPUÑADURA DEL SABLE (GYAKUTO).



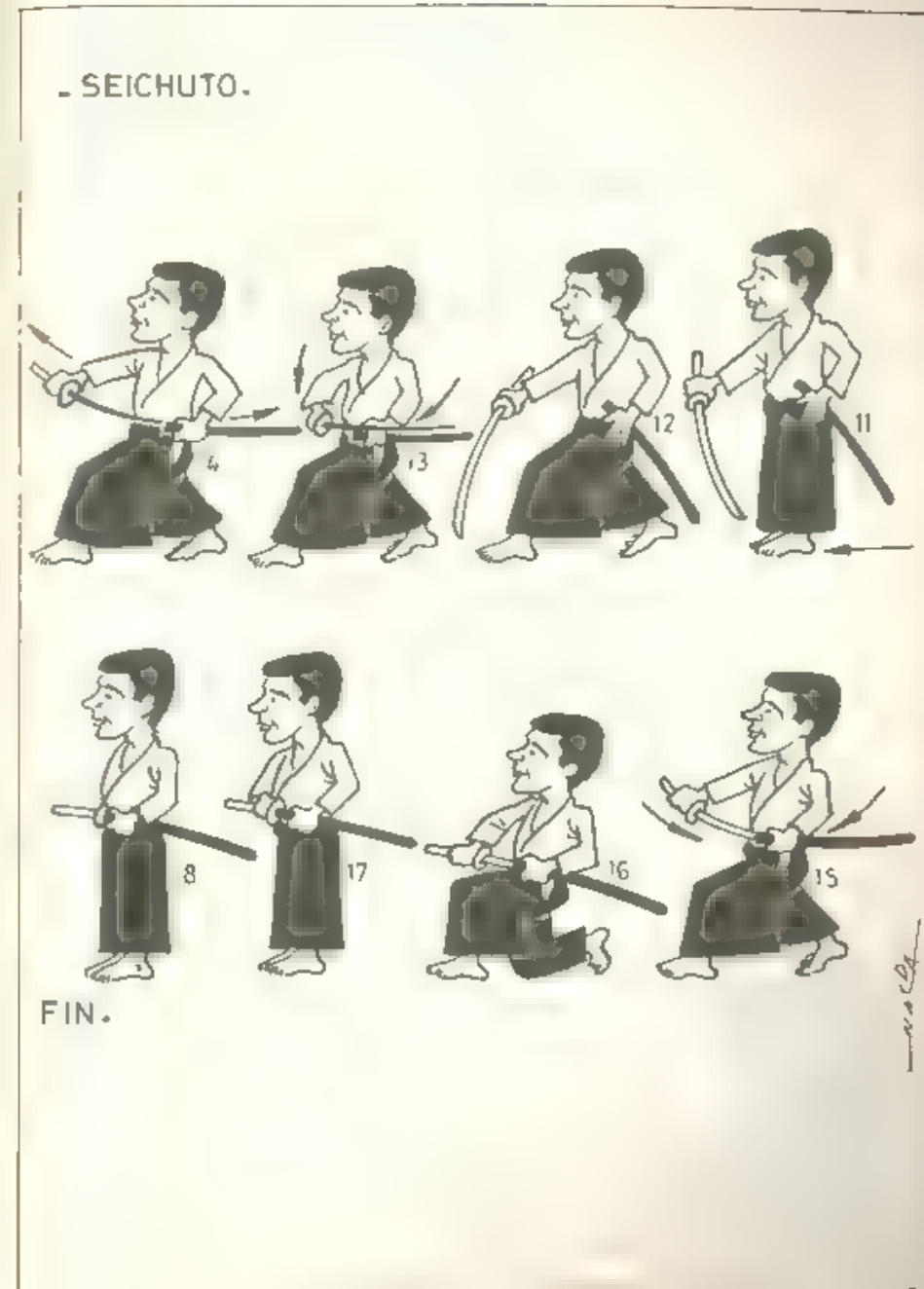
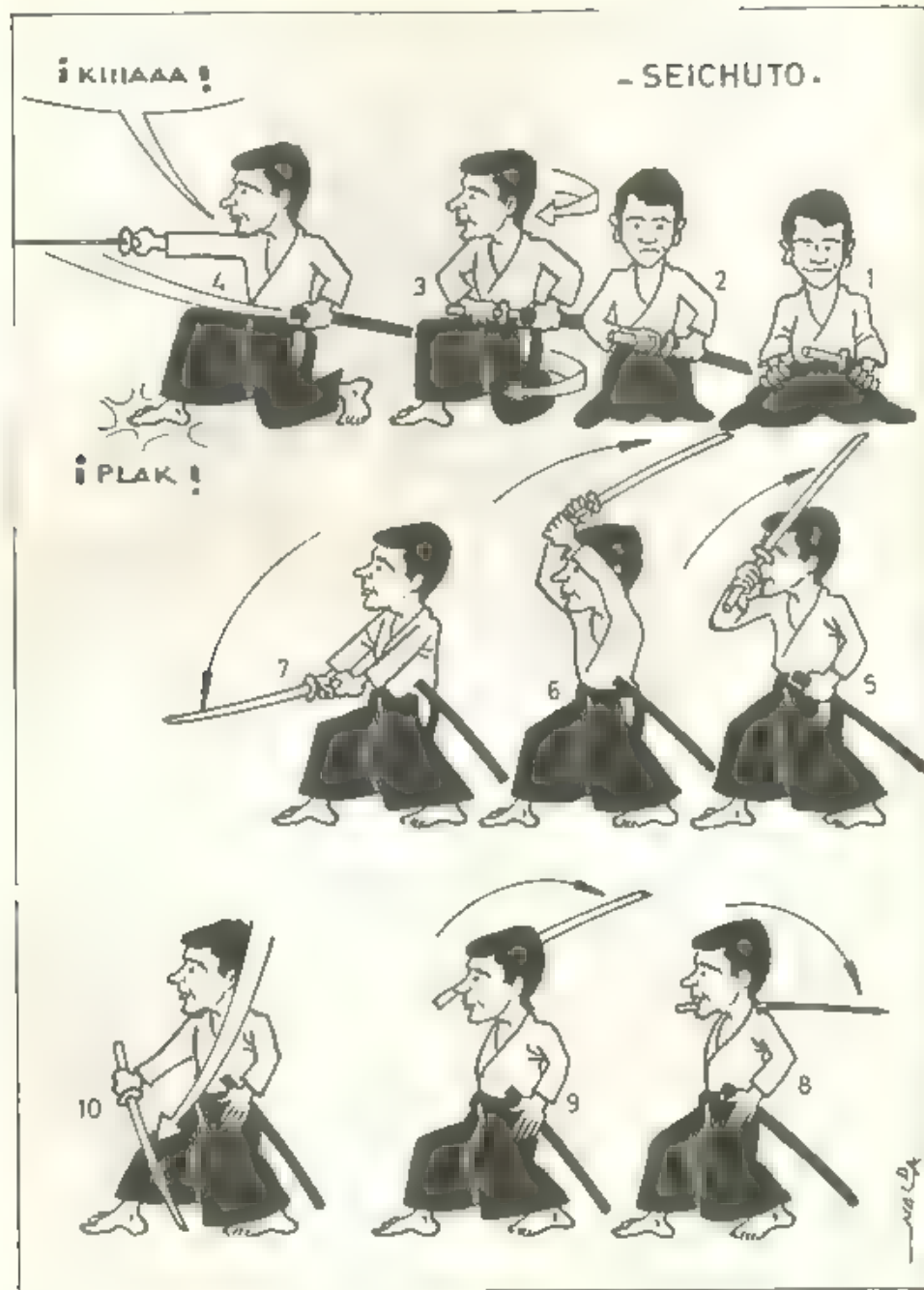
GYAKUTO



- 9. SEICHUTO. (TSUKI KAGE) - LA SOMBRA DE LA LUNA.

- TORI EN SEIZA MEDITA A LA PUERTA DE SU CASA. UKE LLEGA SIGILOSAMENTE. POR EL LADO DERECHO, CON INTENCIÓN PERVERSA.. PERO LA SOMBRA DE SU FIGURA QUE PROYECTA LA LUZ DE LA LUNA LE TRAICIONA...







10. KORANTO. (OI KAZE) LA FUERZA DEL VIENTO.



UKE Y TORI DE PIE FRENTE A FRENTE...

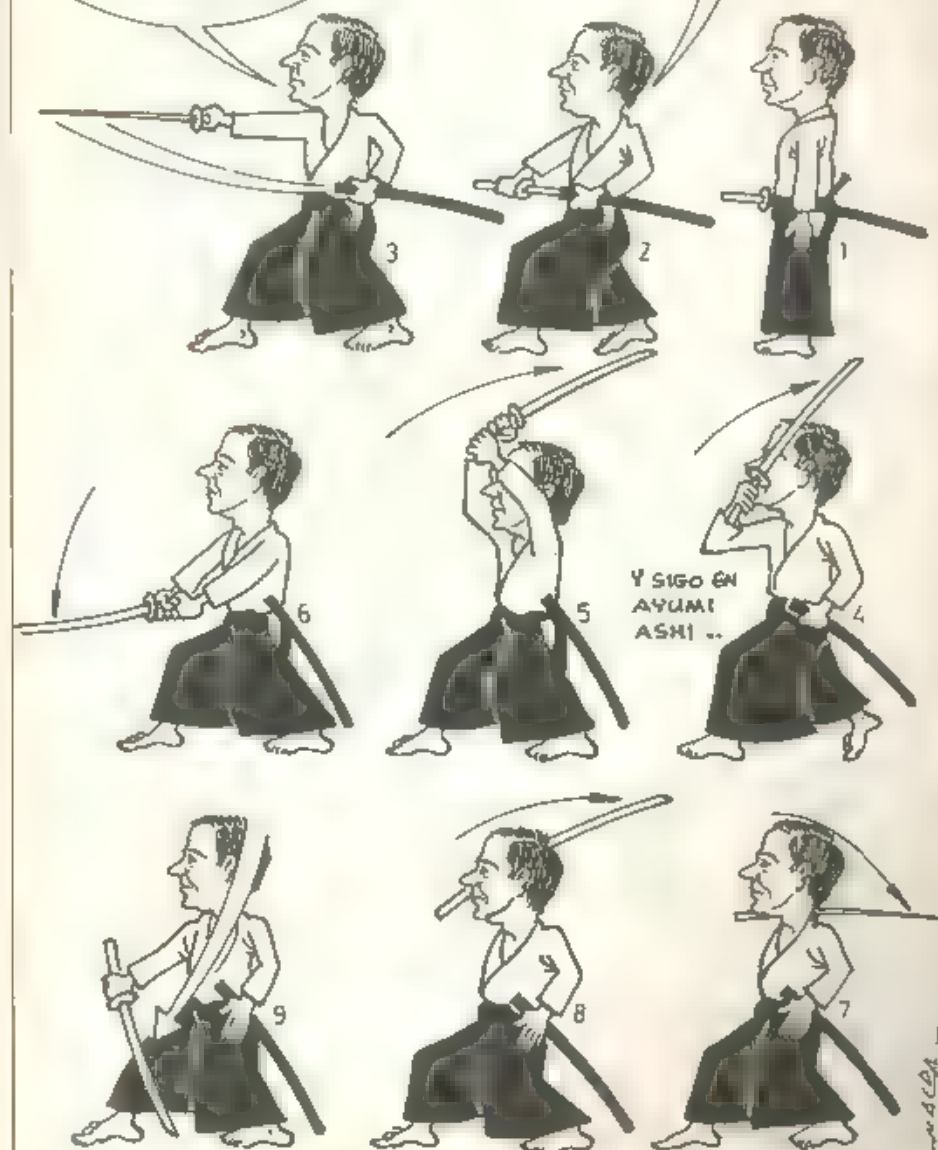
TORI SE ANTICIPA Y AVANZA EN AYUMI ASHI PARA DESEQUILIBRAR A UKE

EL KATA COMIENZA Y ACABA DE PIE. AL FINAL TORI DA 6 O 7 PASITOS HACIA ATRÁS PARA REGRESAR AL LUGAR DE PARTIDA.

KORANTO.

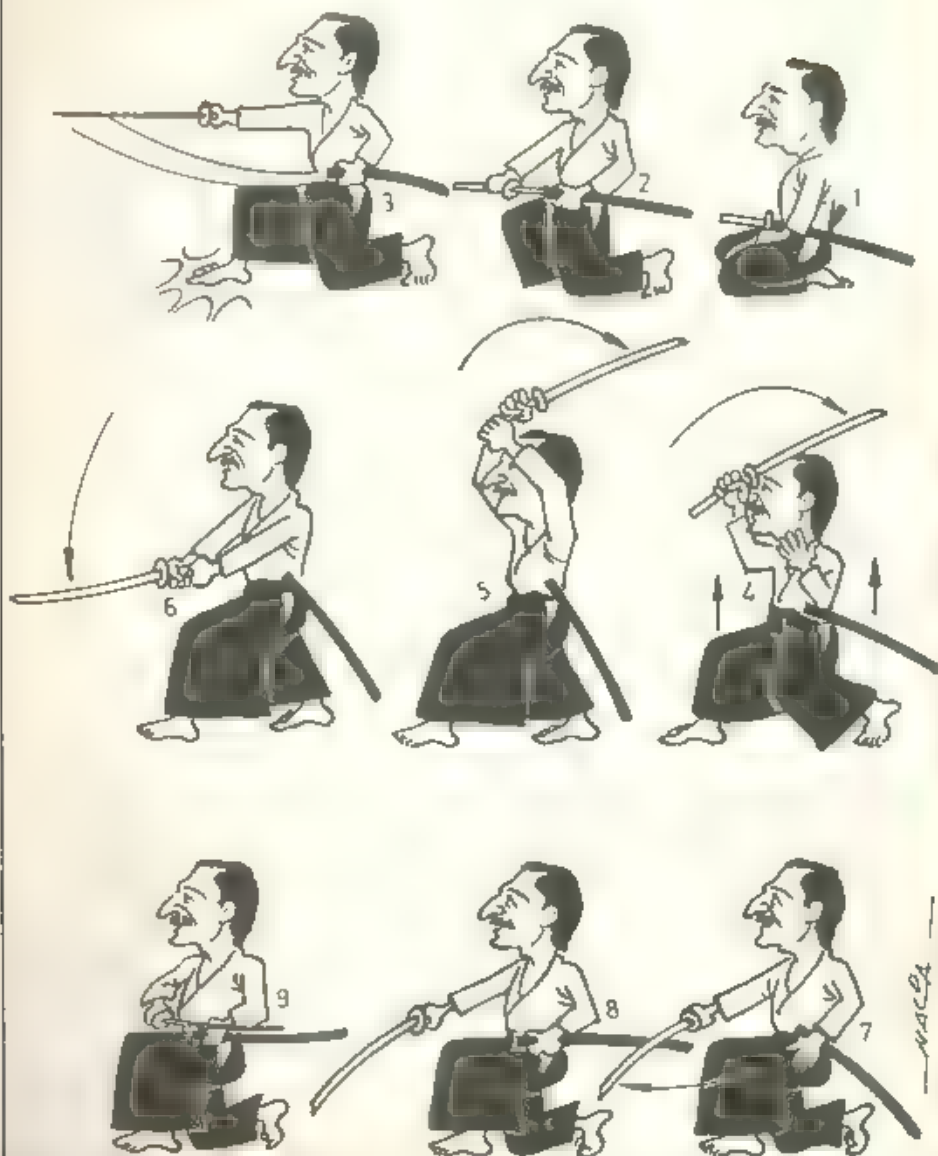
... Y EL DERECHO AL TERMINAR...

ADELANTO EL PIE IZ-QUIERDO AL DESENVAINAR.

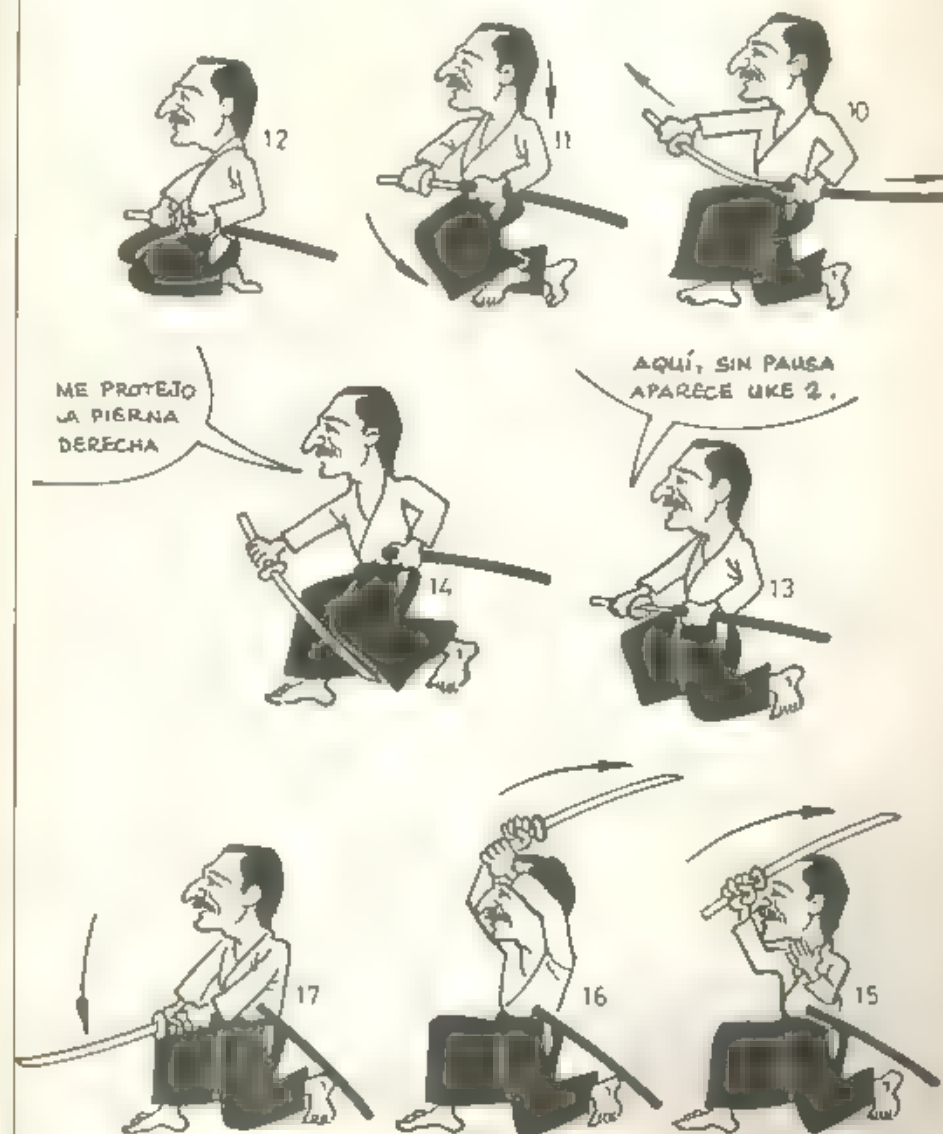




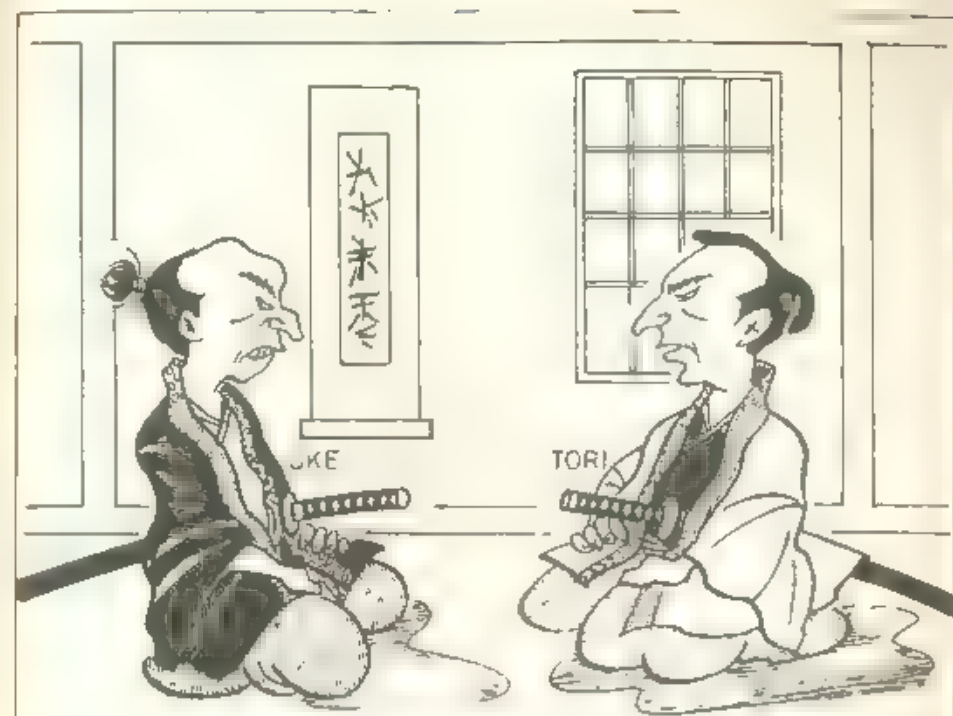
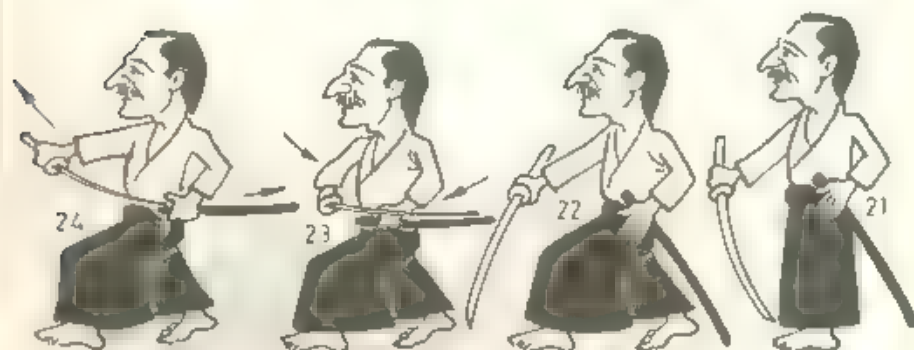
- IN YO SHINTAI GYAKUTE.



- IN YO SHINTAI GYAKUTE.



IN YO SHINTAI GYAKUTE



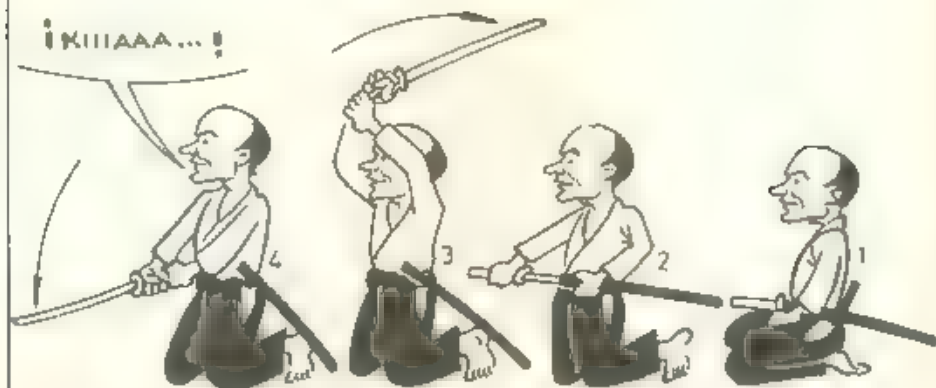
-12. BATTO. (NUKI UCHI).
-DESENVAINAR Y CORTAR.

UKE Y TORI EN SEIZA FRENTE A FRENTE
TORI PERCIBE LA SEÑAL DE ATAQUE Y SE ANTICIPA EN LA ACCIÓN.
ESTE KATA SE DESARROLLA DE PRINCIPIO A FIN EN SUWARI-WAZA, PERO CON LA PLANTA DE LOS DEDOS DE LOS PIES CONTRA EL SUELO, Y APROXIMANDO UN POCO LAS RODILLAS AL ENVAINAR.



-BATTO.

¡KIHAAA...!



CHIBURI CORTO



FIN



AL FIN... DE LOS KATAS
REPETIMOS "TO-REI"...



EN LA ESCUELA MUSO
SHINDEN RYU, EL FILO
HACIA EL FRENTE...

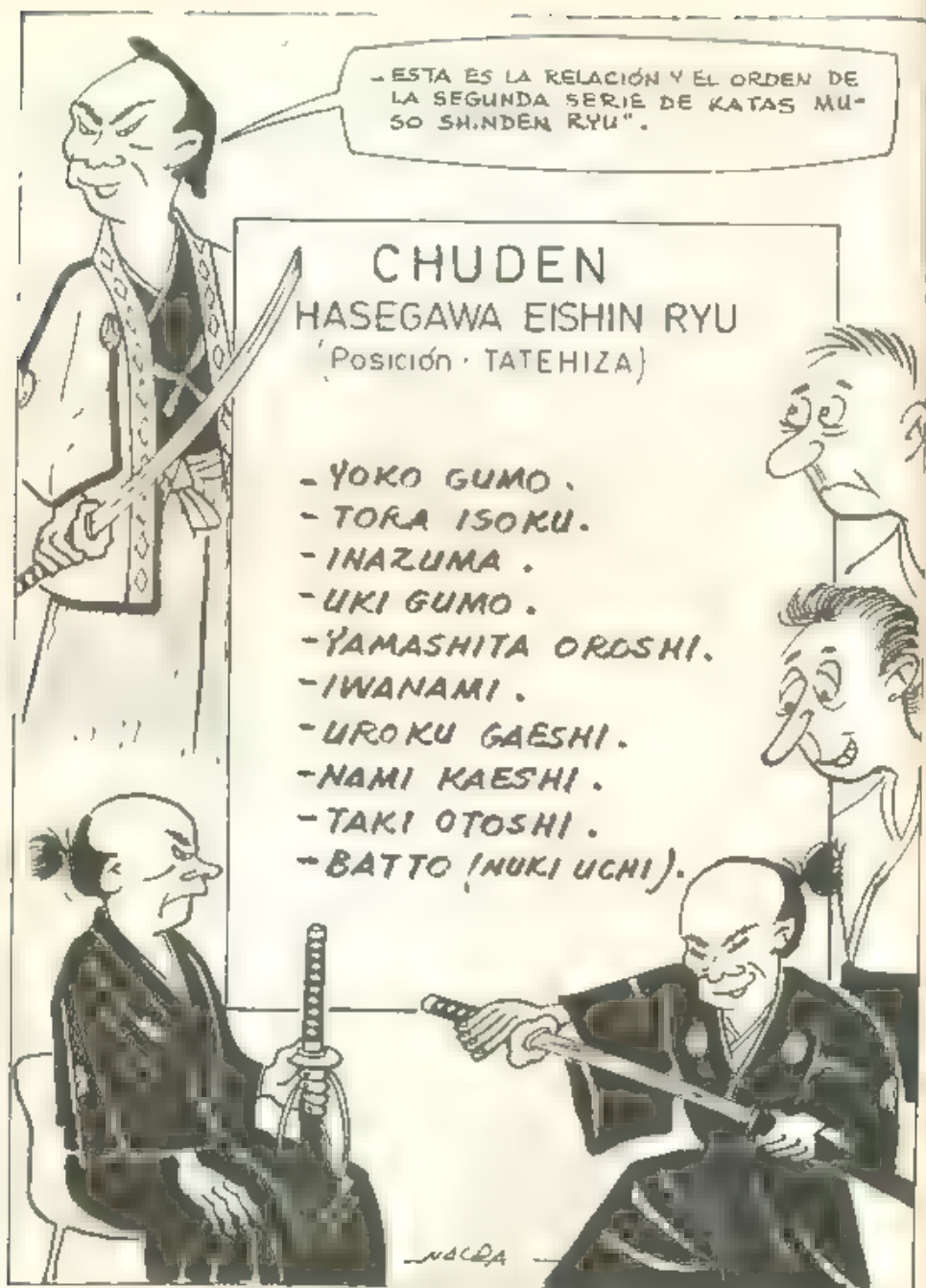


Y POR FIN
OTRA VEZ A
LA CINTURA...



DESPUES LO
PASAMOS AL
LADO DERECHO
PARA SALUDAR
AL PROFESOR
O AL COMPA-
ÑERO...







LA FEDERACIÓN JAPONESA DE KENDO ADOPTÓ LA CODIFICACIÓN DE 10 KATAS DEL MÉTODO "SETE-IAI", SIENDO ACTUALMENTE EL ORGANISMO QUE SE OCUPA DE SU ENSEÑANZA, EXÁMENES Y GRADOS.



-COMO ES DE RIGOR EN TODAS LAS DISCIPLINAS MARCIALES, LA DEMOSTRACIÓN, EL ENTRENAMIENTO, O LOS EXÁMENES, DE KATAS DEL MÉTODO "SETE-IAI" COMIENZAN POR UN RESPETUOSO SALUDO AL DOJO, AL PROFESOR, A LOS COMPAÑEROS O TRIBUNAL, AL SABLE, ETC. CON EL FILO SIEMPRE HACIA SÍ MISMO.

EL SALUDO PREVIO ANTES DE EMPEZAR. EL KATA ES IDÉNTICO AL DE "MUSO SHINDEN RYU", PERO ES DIFERENTE AL TERMINAR LA DEMOSTRACIÓN: SEGÚN PUEDES VERSE EN LOS DIBUJOS DE ESTA PÁGINA.

EL FILO SIEMPRE HACIA MÍ.



EL SABLE PARALELO A LAS RODILLAS.



EL FILO SIEMPRE HACIA MÍ.



NALDA

SETE-IAI

- 1- MAE.
- 2- USHIRO.
- 3- UKE NAGASHI.
- 4- TSUKA ATE.
- 5- KESA GIRI.
- 6- MOROTE ZUKI.
- 7- SANPO GIRI.
- 8- GANMEN ATE.
- 9- SOETE TSUKI.
- 10- SHIHO GIRI.



-ESTA ES LA RELACION Y EL ORDEN DE LOS KATAS "SETE-IAI" (FEDERACIÓN JAPONESA DE KENDO). POR FALTA DE ESPACIO NO ENTRAREMOS EN SU EXPOSICIÓN DETALLADA, AUNQUE SÍ HARÉ UN BREVE COMENTARIO SOBRE CADA UNO DE ELLOS.

1. MAE. -ATAQUE DE FRENTE.

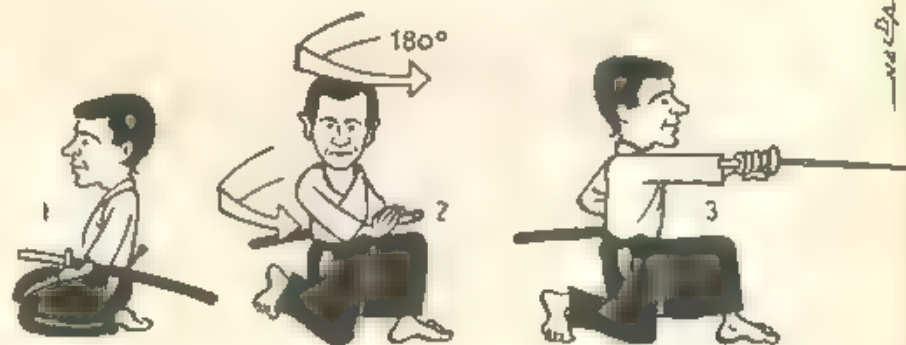
KATA IDÉNTICO A "SHOATTO" CON ESTAS VARIANTES:

- a) EN NUKI-TSUKÉ NO SE GOLPEA CON EL PIE QUE AVANZA.
- b) SE ADELANTA UN POCO LA RODILLA IZQUIERDA PARA SEMÉ.
- c) AL TÉRMINO DE NOTO LA MANO DERECHA QUEDA SUJETANDO LA EMPUÑADURA.
- d) EL SABLE DE "SETE-IAI" NO TIENE CORDÓN (SAGEO).



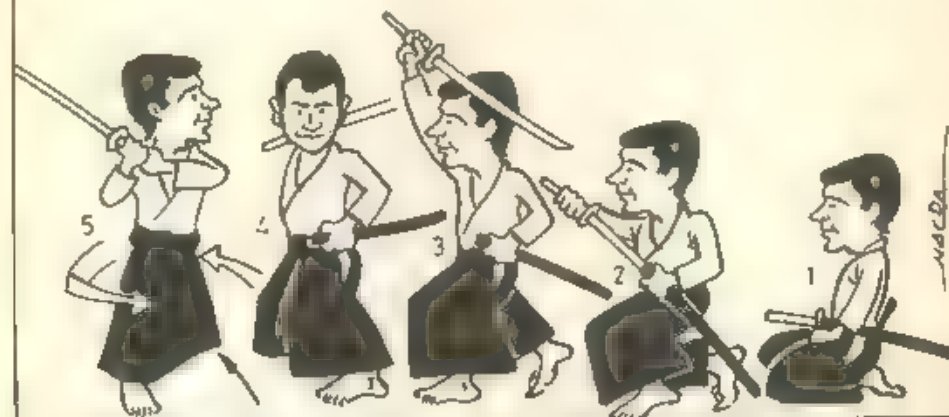
2. USHIRO. -ATAQUE POR LA ESPALDA.

ESTE KATA ES IDÉNTICO A "ATARITO" CON LAS VARIANTES INDICADAS EN MAE.



-3. UKE NAGASHI. DESVIAR EL SABLE DE UKE

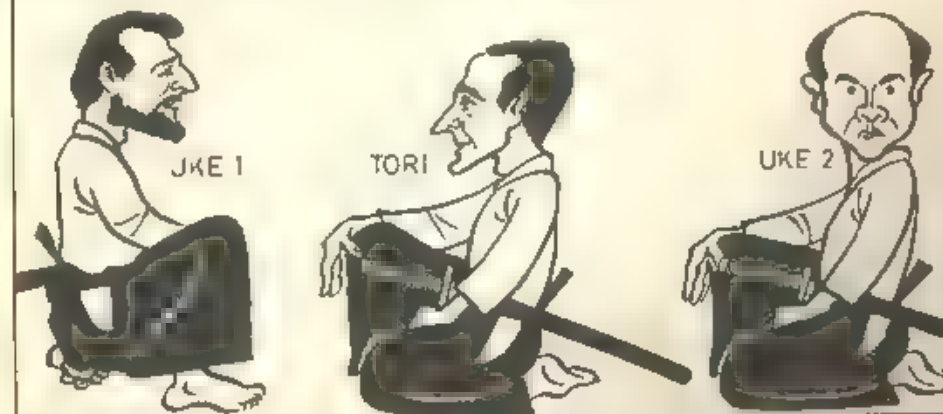
-KATA SIMILAR A "RYUTO" VARIANDO EL DESPLAZAMIENTO DE LOS PIES EN FURIKABUTE Y KIRITSUKE (YOKOMEN). EL RESTO IGUAL A "RYUTO".



-4. TSUKA ATE. ATEMI CON LA EMPUÑADURA.

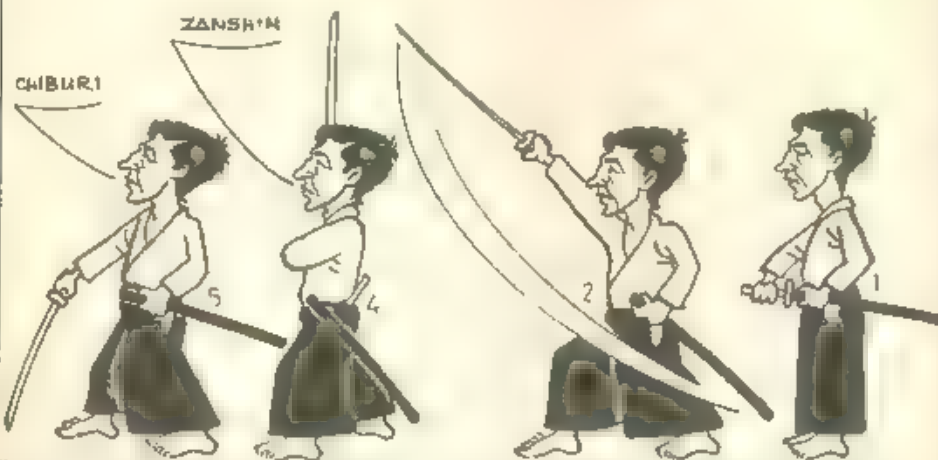
TORI EN MEDIO DE DOS ADVERSARIOS, UNO DELANTE Y OTRO DETRÁS, LOS TRES EN POSICIÓN "TATENIZA".

ATACA PRIMERO A UKE 1, CON LA TSUKA, DESENVAINA Y ATAACA TSUKI A UKE 2, Y DE NUEVO A UKE 1, MEN UCHI.



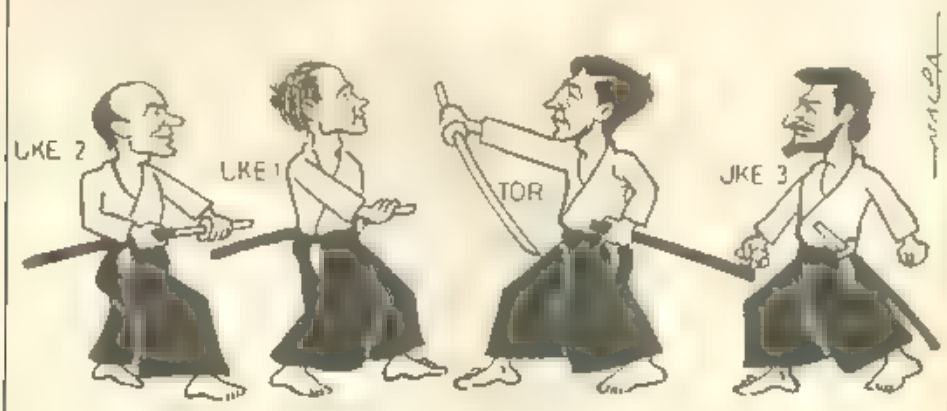
5. KESA GIRI. CORTE EN OBLICUO

-EL ADVERSARIO ESTÁ DELANTE. TORI DESENVAINA Y CORTA EN SENTIDO ASCENDENTE Y OBLICUO (CADENA DERECHA HOMBRO IZQUIERDO). TODO EL KATA SE REALIZA DE PIE.

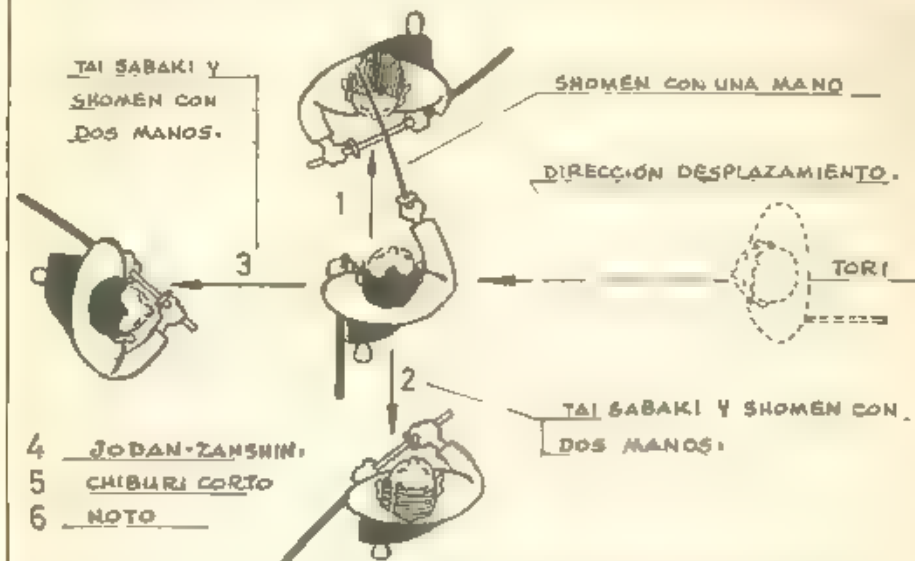


6. MOROTE ZUKI. ATAQUE DE PUNTA CON LAS DOS MANOS

-TORI TIENE DOS ADVERSARIOS DELANTE, Y UNO A SU ESPALDA. ATACA EN YOKOMEN A UKE 1, EN TSUKI A UKE 2, Y MEN UCHI A UKE 3. DESPUES CHIBURI Y NOTO.



7. SANPO GIRI. CORTAR EN TRES DIRECCIONES



8. GANMEN ATE. ATEMI A LA CARA.

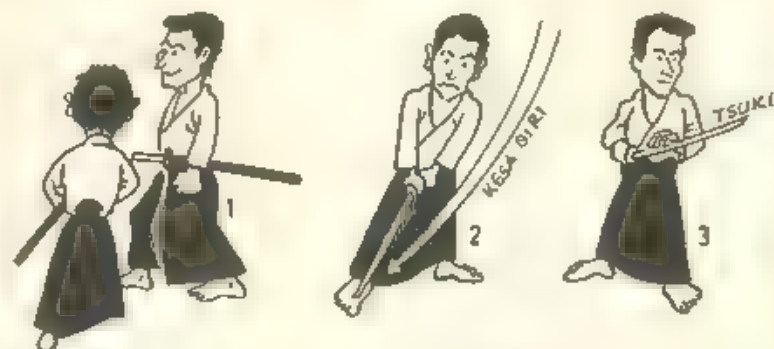
TORI SE ENCUENTRA ENTRE DOS ADVERSARIOS, UNO DELANTE, Y OTRO A SU ESPALDA.

1) TSUKA ATE A LA CARA; 2) TAI SABAKI 180° Y TSUKI; DE NUEVO TAI SABAKI (4) 180° Y SHOMEN AL QUE ATACÓ EN TSUKA ATE; 5) CHIBURI; 6) NOTO.



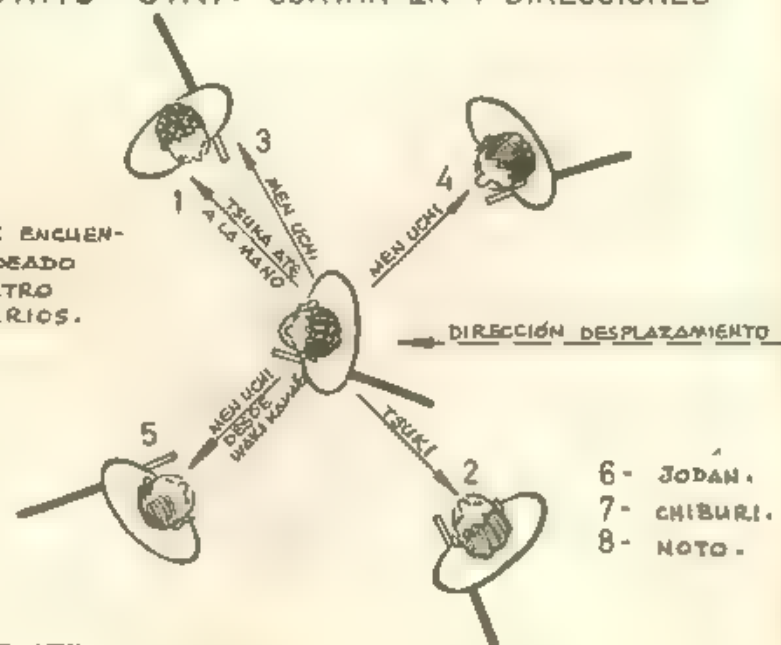
9. SOETE TSUKI. GOLPE DE PUNTA CON LA MANO

- EL ADVERSARIO LLEGA POR LA IZQUIERDA, TORI GIRA HACIA ÉL Y LE CORTA EN KESA GIRI, (DIRECCIÓN HOMBRO DERECHO CABERA IZQUIERDA) DESPUES TSUKI, APOYANDO LA MANO EN EL CANTO DE LA HOJA DEL SABLE, CHIBURI Y NOTO.



10. SHIHO GIRI. CORTAR EN 4 DIRECCIONES

- TORI SE ENCUENTRA RODEADO POR CUATRO ADVERSARIOS.



-TAMESHI-GIRI, ES EL ARTE DE CORTAR REALMENTE ALGO, CON UN SABLE AUTÉNTICO.

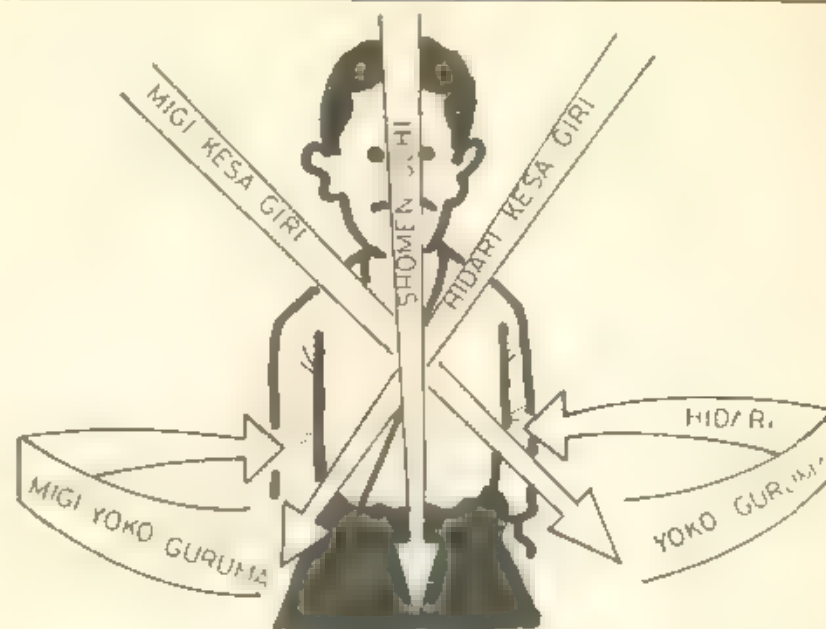
LOS TEST DE CORTE SE REALIZAN NORMALMENTE DURANTE LAS EXHIBICIONES DE IAIDO, O LOS EXÁMENES DE GRADO, PARA PROBAR LA DESTREZA DEL BUDOKA Y LA CALIDAD DEL SABLE.



¿DE VERDAD CREEN VD. QUE CON ESTE SABLE PODRÉ CORTAR EL JAMÓN A LONCHAS FINAS...?

EXISTEN UNAS FORMAS BÁSICAS DE EJECUTAR EL CORTE, QUE VIENEN...

...A SER LA EXPRESIÓN REAL DE LOS MOVIMIENTOS O GOLPES DE KATANA UTILIZADOS EN IAIDO Y EN KENJUTSU, VAMOS A VER COMO SON...







-EL DESARROLLO DE LAS CLASES DE IAIDO DEPENDE ANTE TODO DEL PROFESOR, PERO EN GENERAL PUEDE CONSIDERARSE QUE UNA CLASE TRADICIONAL SIGUE MAS O MENOS EL ORDEN INDICADO AQUI :

- 1- SALUDO AL PROFESOR.
- 2- SALUDO AL SABLE.
- 3- CALENTAMIENTO BREVE DE MÚSCULOS Y ARTICULACIONES.
- 4- 30 SUBURIS DE CADA TIPO DE GOLPE.
- 5- LOS KATAS PROPIAMENTE DICHOS.
- 6- EJERCICIOS EDUCATIVOS ESPECÍFICOS.
- 7- SALUDO FINAL Y FIN DE LA CLASE.



- EJERCICIO Nº 1 -

UKE Y TORI EN SUWARI-WAZA CON EL SABLE A SU LADO IZQUIERDO EN EL SUELO.

SE TRATA DE ESTAR ALERTA, COGER EL SABLE Y ATACAR CON RAPIDEZ PARA SORPRENDER AL OTRO, REALIZANDO ÚNICAMENTE "NUKITSUKE" Y "SEME".



- EJERCICIO Nº 2 -

POR PAREJAS, UNO FRENTE A OTRO EN SUWARI-WAZA. A LA SEÑAL DEL PROFESOR (PALMADA) REALIZAN TODOS "SHOATTO" TRATANDO DE SER MÁS RÁPIDO QUE SU ADVERSARIO.





EJERCICIO Nº 3 - (SATO & UTO)

TORI EN SUWARI WAZA, UKE A CUATRO METROS DE DISTANCIA DE PIE, ANDANDO SE ACERCA A TORI Y PUEDE HACER CUALQUIERA DE ESTAS COSAS :

- a) PASAR POR DELANTE SIN MAS.
- b) ARRODILLARSE FRENTE A ÉL Y SALUDAR, Ó ATACAR FINGIENDO UN SALUDO.
- c) ATACARLE POR SORPRESA AL LLEGAR A SU ALTURA ó DESPUES DE HABERLE REBASADO.

TORI NO PUEDE EMPUÑAR LA KATANA ANTE UN GESTO SOSPECHOSO ó EQUÍVOCO PORQUE SERÍA UNA OFENSA PARA EL VISITANTE.
SE TRATA DE ESTAR ALERTA EN TODO MOMENTO YA SEA PARA SALUDAR ó PARA DEFENDERSE.

EJERCICIO 4.

TORI EN SUWARI WAZA. UKE DE PIE A 4 METROS A LA IZQUIERDA ó A LA DERECHA DE TORI, DE PRONTO CORRIENDO ATACA A ESTE QUE REALIZARA "SATO" ó "UTO".



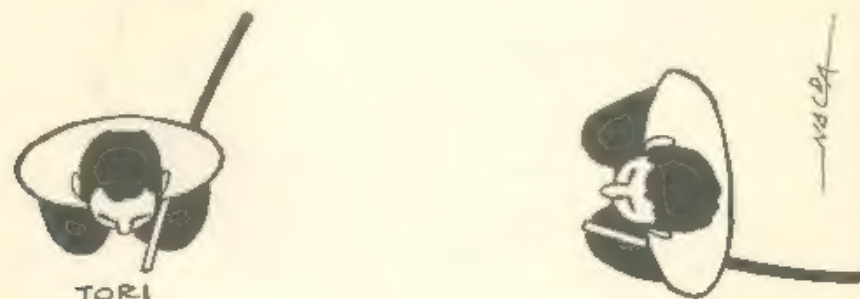
EJERCICIO 5.

LOS ALUMNOS EN SUWARI WAZA FRENTE AL PROFESOR VAN REALIZANDO LOS KATAS QUE ORDENA ÉSTE EN VOZ ALTA.



- EJERCICIO 6 -

UKE A LA DERECHA Ó DERECHA DE TORI, AMBOS EN SUWARI.
UKE REALIZA "SHOATTO" REPENTINAMENTE CONTRA TORI
QUE REACCIONA EN "SATO" Ó "UTO".



- EJERCICIO 7- (ZANSHIN)

TORI EN MEDIO DE DOS ADVERSARIOS, LOS TRES EN SUWARI.
UKE 1, Ó UKE 2, HACEN "SHOATTO" (AUNQUE NO A LA VEZ)
TORI REALIZA "SATO" Ó "UTO" SEGÚN DE QUE LADO PRO-
VENGA EL ATAQUE.



ÍNDICE

Capítulo I	El origen	9
Capítulo II	La Katana	29
Capítulo III	El Dojo	40
Capítulo IV	Budo Seishin	44
Capítulo V	La Etiqueta	54
Capítulo VI	La técnica del Kata	61
Capítulo VII	Muso Shinden Ryu	73
Capítulo VIII	Sete Iai	114
Capítulo IX	Tameshi Giri	123
Capítulo X	Geiko-Ho	129